

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 45 (1969-1970)
Heft: 7

Artikel: Variationen auf Toast
Autor: Huber-Zimmerli, Anne-Louise
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1079245>

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: 13.01.2026

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

Variationen

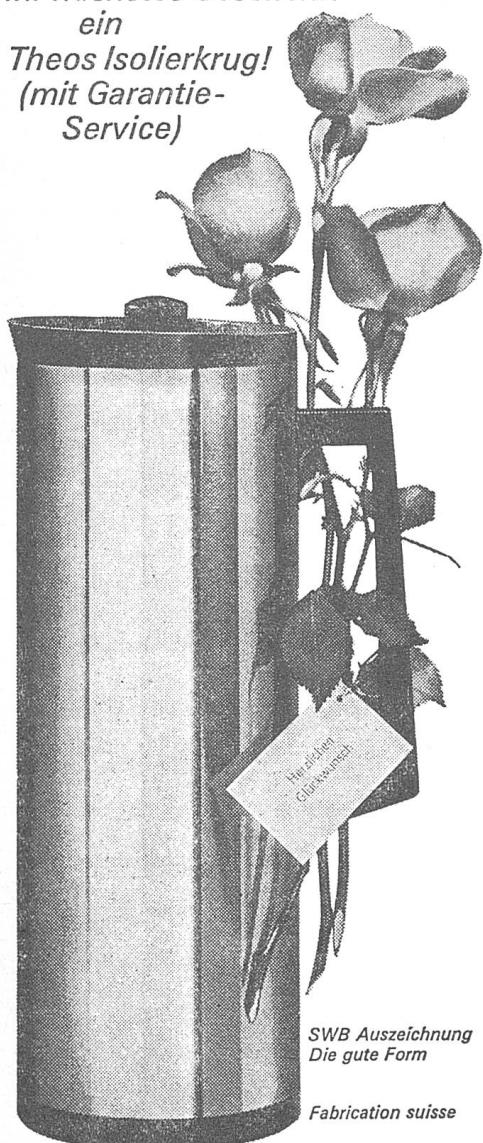
Von Anne-Louise Huber-Zimmerli

Theos

*Der Theos Krug hält Ihre
Getränke 12 Stunden heiss
oder 2 Tage lang kalt.*

*Ob klassisch oder modern, ist
er in Form und Finish unerreicht.*

*Darum
Ihr nächstes Geschenk
ein
Theos Isolierkrug!
(mit Garantie-
Service)*



Als Kinder pflegten wir ein «Lumpe-liedli» zu singen, das mit den Worten begann:

«Ein belegtes Brot mit Schinken,
ein belegtes Brot mit Ei,
das sind zwei belegte Brote,
eins mit Schinken, eins mit Ei...»

Wir alle kennen sie, die Sandwiches mit Spargeln, Aufschmitt, Käse, hartem Eiern und Tomatenscheiben. Man begegnet ihnen am Familientisch, im Café, an der Kindereinladung und an der Tanzparty, ja, man kann beinahe sagen, dass sie eines der beliebtesten Gerichte unseres Jahrhunderts geworden sind. Schade, dass das Angebot sich meist mit den erwähnten Sorten erschöpft! So ist es kein Wunder, dass manche Leute ihrer etwas überdrüssig geworden sind.

Dabei können belegte Brote wirkliche Leckerbissen sein. Ich serviere sie, wenn ich Gäste habe, gern als Vorspeise – und zwar nicht eine ganze Platte voll verschiedenartig garnierter Brötchen, sondern meist nur eine Sorte. Und nach dem Grundsatz «lieber wenig, dafür Gutes» gibt es pro Person – die Ausnahme bestätigt auch hier die Regel – nur eine einzige Schnitte. Natürlich bemühe ich mich dann, auf diese eine Schnitte etwas möglichst Delikates draufzutun.

Als Unterlage wähle ich manchmal Graham- oder Vollkornbrot und sehr oft Toast. Es gibt heute eine ganze Reihe von speziellen Brotarten, die sich toasten lassen. Es lohnt sich aber, verschiedene Sorten auszuprobieren, um herauszufinden, welche den schönsten Toast ergibt. Ein Fachmann auf dem Gebiet der Bäckerwaren hat mir nämlich verraten, dass Brote, die mit halb Milch, halb Wasser zubereitet wurden, sich besser zum Toasten

eignen als reine Milchbrote, weil sie weniger rasch schwarz werden. Manche Model- oder Formenbrote aber sind Milchbrote. Sie sind in der Regel viel luftiger als die andern, was ihnen wahrscheinlich die wenigsten Hausfrauen von aussen ansehen.

Vom gleichen Fachmann habe ich erfahren, dass man nicht zu heiss toasten soll, weil die dunklen Röststoffe, die dabei entstehen, sehr feuchtigkeitsempfindlich sind: kommt dann etwas Sauceähnliches auf das Brot, wird es gerne pappig. Mit Vorteil kauft man das Toastbrot am Vortag ein, weil es sich viel besser schneiden lässt. Und natürlich soll der Toast erst gerade vor dem Servieren zubereitet werden, damit er richtig knusprig zwischen die Zähne kommt. Muss man ein grösseres Quantum toasten, wickelt man die gebähten Scheiben in eine oder noch besser in zwei Servietten ein. Auf keinen Fall darf man sie in ein luftdicht verschlossenes Gefäß legen, sonst sind sie nachher weich. – Toast schmeckt nicht nur gut, er duftet auch herrlich, und in der Regel beginnt gross und klein neugierig zu schnuppern, wenn Toastdüfte durch das Haus ziehen.

Da meine Mutter gebürtige Norwegerin ist, liegt es nahe, dass die Belege meiner Brote ein wenig von Skandinavien her beeinflusst worden sind. Nicht umsonst, so scheint mir, sind die Smörrebröds weltberühmt, verstehen es doch die Skandinavier, mit etwas Phantasie ein abwechslungsreiches Sortiment von belegten Brotarten zu kreieren.

Manchmal genügt schon eine Kleinigkeit, um die üblichen Fleisch-, Käse und Eierbeläge ein wenig aufzumöbeln: Man verwendet zum Beispiel anstelle von Butter Ankezieger und

*Im Zunfthaus zur Saffran Zürich
immer gluschtige Spezialitäten
Saffranstube und Racletteia:
Feinste Fondues und Raclettes
Restaurant und obere Zunftstuben:
Festliche Tafelfreuden.*



auf Toast

garniert den Belag mit einigen Zieger-tupfen aus dem Spritzsack. Jetzt im Frühling werden die Kresse-Sandwiches aktuell, im Sommer werden es die Gurkenbrötchen sein. Überhaupt nehmen sich viele Salate gut aus auf einer Scheibe Brot. Erstaunlich gut schmeckt zum Beispiel auch ein Grahambrot, belegt mit Bananen- oder Apfelscheiben, die mit etwas Mayonnaise garniert werden. Oder man versucht es mit etwas Warmem, mit einem Rest Pastetifüllung etwa oder mit einem gedämpften Gemüse, auf das man noch einige geröstete Speck-tranchen legt. Wer einmal begonnen hat, ein wenig zu experimentieren, der kommt immer wieder auf neue Ideen, und in diesem Sinn sollen meine Vor-schläge als Anregung dienen.

Sardinen-Toast

Mit einer Gabel zerdrücke ich die Sardinien aus zwei Büchslein mitsamt der silbrigen Haut und dem Rückgrat zu einer ganz feinen Paste. Diese würze ich mit einem Esslöffel Worcester-sauce und einigen Tropfen Zitronensaft. Die Masse verteile ich auf vier Scheiben leicht gebutterten Toast und garniere mit einem Büscheli Peterli. Die Brötli schmecken auch ausge-zeichnet, wenn sie im Ofen noch kurz überbacken werden; in diesem Fall lasse ich den Peterli weg.

Dorschleber

Eine Scheibe Toast wird mit Butter bestrichen. Darauf kommt ein schönes, gewaschenes Salatblatt, auf das ich dann in feine Scheiben geschnit-tene Dorschleber aus der Büchse (in Delikatessgeschäften erhältlich) ver-teile. Die Garnitur besteht hier aus ein paar Tupfen Mayonnaise, einer Zitronenscheibe und einem Tomaten-schnitz. Statt Toast habe ich hiezu auch schon Pumpernickel als Unter-lage verwendet.

Crevettensalat

Aus einem halben Becherli Joghurt, gleichviel Mayonnaise, 4 Esslöffel To-matenketchup, 1 Teelöffel Worcester-sauce, 2 Tropfen Tobasco (das ist eine

scharfe Gewürzsauce, ebenfalls in je-dem Delikatessgeschäft erhältlich) oder 1 Prise Cayennepfeffer röhre ich eine Sauce an. Ich reibe ein wenig Meerrettich und raffle etwas Sellerie darein und mische ein Büchsli Crevet-ten, das Fleisch einer Grapefruit, in Würfel geschnitten, und in letzter Minute einige in Streifen geschnittene Salatblätter darunter. Auf vier Schei-ben Toast kommt wieder je etwas Butter und ein Kopfsalatblatt, in das der Crevettensalat gefüllt wird. Als Garnitur sieht etwas gehacktes Ei oder eine Tomatenscheibe hübsch aus.

Rauchaal und Kresse

Pro Person bestreiche ich eine Scheibe Toast mit Butter. Von – wiederum pro Person – 50 g Rauchaal wird die Haut abgezogen, das Fleisch von den Gräten entfernt, in mundgerechte Stücke geschnitten und das Brot zur Hälfte damit belegt. Auf die andere Hälfte kommt ein Hämpeli Garten-

kresse, dann garniere ich noch mit einer Zitronenscheibe. – Zum Rauchaal passt auch eine Scheibe Walliser-brot ausgezeichnet.

Selleriesalat

Zuerst röhre ich aus einem halben Becherli Joghurt und ebensoviel Mayonnaise eine Sauce, in die ich mit der Röstiraffel 1 kleine Sellerieknothe und 2 Äpfel raffle. Ich füge noch eine Handvoll gehackte Baumnüsse bei und gebe den Salat auf bebutterte Grahambrotscheiben – Toast passt hier weniger – und garniere mit einer roten Kirsche oder einem Orangen-schnitz.

Geflügelpastete

250 g geschnetzeltes Hühnerfleisch brate ich zusammen mit einer kleinen gehackten Zwiebel in der Bratpfanne gar, salze und pfeffere, gebe es in den Mixer, zusammen mit etwas Grün von Stangensellerie, 1 dl Rahm, 1 Teelöff-

Buffet Bürich B

Ihr Treff-

Inhaber Rudolf Candrian



fel Currys und etwas Mayonnaise und verarbeite alles zu einem Purée. Diesem füge ich die feingeschnittenen Stengel von 2 StangenSellerie und eine gehackte Tomate bei. Ich halbiere Sandwichbrötchen, höhle sie aus, fülle die Paste ein, garniere mit Peperoniringen und stelle sie dann kalt. Das herausgenommene Brot schneide ich in kleine Würfeli, die ich in Butter braunröst und über die gefüllten Brötli streue.

Pochiertes Ei

Eine Scheibe Toast lässt man auskühlen und bestreicht sie dann mit Leberpaine. Darauf kommt ein pochiertes Ei, und alles wird mit Mayonnaise, die mit Joghurt verdünnt wurde, übergossen. Eine Tomatenscheibe und etwas gehackte Sulz runden das Ganze ab.

Hühnerleber

200 g Hühnerleber, fein geschnetzelte, brate ich in etwas Butter an, schiebe

sie dann in der Pfanne etwas zur Seite und dämpfe daneben 1 feingehackte Zwiebel. Ich mische beides untereinander, salze und pfeffere und lösche mit einem «Gutsch» Rahm ab. Ich gebe die Leberli auf leicht gebutterte Toastscheiben und streue zuletzt etwas gehackten Peterli darüber.

Rohschinken und Rührei

Diesmal erhält jedermann zwei Schnittchen. Auf die eine bebutterte Toastscheibe lege ich eine Tranche Rohschinken. Die zweite Toastscheibe reibe ich sofort – sie muss noch ganz heiß sein – mit einer Knoblauchzehe ein, buttere sie und gebe darauf Rührei, für das ich pro Person 1 Ei mit 1 Esslöffel Milch und etwas Salz und Pfeffer vermischt habe.

Womit ich, ohne es eigentlich zu wollen, wieder bei Ei und Schinken angelangt bin. Vielleicht versuchen Sie diese rassige Variante der sonst üblichen Kombination von Modell-

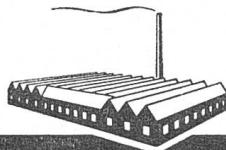
schinken und hartem Ei selber einmal? Sie werden dabei feststellen, wie wenig es oft braucht, um etwas mehr Abwechslung auf unsere Platten und Teller zu zaubern.

Mode

Fünfundzwanzig französische Fabrikanten des weiblichen «Prêt-à-porter» haben sich entschlossen, Amerika zu erobern. Erstmals werden sie vom 25. April bis zum 1. Mai im New Yorker Hotel Hilton ihre Produkte ausstellen. Das «Prêt-à-porter», dessen Produktion sich 1969 auf 2,2 Milliarden französischer Franken belief und das einen Fünftel davon exportiert, hofft auf diese Weise seine Position als erster Exporteur des Gemeinsamen Marktes behaupten zu können. Ein handlicher Führer soll in fünf Sprachen die Kunden über Stil, Spezialitäten und Preise orientieren.



Glückliche Braut — sie hat vorgesorgt und rechtzeitig eine schöne, dauerhafte und preiswerte Wäscheaussteuer angeschafft, eine Grundaussteuer für den Anfang, mit Ergänzungsmöglichkeiten auf Jahrzehnte hinaus.



Léinenweberei
Langenthal AG

Langenthal	063 - 208 81
Basel, Gerbergasse 26	061 - 23 09 00
Bern, Marktgasse 6	031 - 22 70 70
St. Gallen, Multergasse 35	071 - 22 73 40
Zürich, Strehlgasse 29	051 - 25 71 04
Genève, 13, rue du Rhône	022 - 25 49 70
Lausanne, rue de Bourg 8	021 - 23 44 02