

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 46 (1971)  
**Heft:** 8

**Rubrik:** Allerlei für freie Zeit

#### **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:** 17.02.2026

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

# ALLERLEI FÜR FREIE ZEIT

In eine gebutterte Auflaufform fülle ich zuunterst eine Lage Auberginen ein, verteile etwas Fleisch und dann einige Löffel Béchamelsauce darüber und fahre in dieser Reihenfolge mit Einschichten fort. Zuerst soll nochmals etwas Béchamelsauce sein. Ich streue Paniermehl, etwas gehackten Knoblauch und Peterli darüber und gratiniere das Ganze im mittelheissen Ofen während ungefähr 40 Minuten.

Zum Schluss noch ein orientalisch anmutendes Rezept. Es mag auf den ersten Blick etwas gewagt erscheinen, schmeckt aber ausgezeichnet.

## Orientalische Auberginen

Zutaten (für 4 Personen): 4 bis 5 Auberginen, 500 g geschnetzeltes Schweinefleisch, 1 Zwiebel, etwas Olivenöl, 4 Tomaten, 2 Esslöffel Senffrüchte, 1 Esslöffel Senf, ½ Esslöffel Mehl, 1 dl Weisswein, 1 dl Bouillon, 2 Esslöffel Sauerrahm, Paniermehl, 2 Knoblauchzehen, 1 Büschel Peterli.

Zubereitung: Die Auberginen waschen und der Länge nach halbieren. In einer Gratinform mit ganz wenig Flüssigkeit im heissen Ofen während ca. 15 Minuten garwerden lassen.

In der Zwischenzeit das Fleisch mit der Zwiebel in etwas Öl gut anbraten. Die geschälten, gevierten Tomaten, die fein gehackten Senffrüchte und den Senf beifügen. Mit etwas Mehl bestäuben und mit dem Wein und der Bouillon ablöschen. Am Schluss den Sauerrahm beifügen. Das Fleisch über die Auberginen geben, mit dem Paniermehl, dem gehackten Knoblauch und Peterli bestreuen und bei starker Oberhitze überbacken. — Richtigerweise müsste man statt des Schweinefleisches Lammfleisch verwenden, wollte man dem orientalischen Charakter noch besser Rechnung tragen. Nur sind die meisten Lammstücke mit Knochen oder Knorpeln durchsetzt. Höchstens vom Laffenstein könnte ich mir vorstellen, dass man es kleinschneidet; einen Gigot zu schnetzen würde mich dagegen reuen. Auch mit Schweinefleisch aber mündet das Gericht vorzüglich.

## Photo als Hobby

### Photographieren als Amateur

#### Die zehn Gebote für den Anfang

- Bei Nahaufnahmen von Personen nicht zu stark abblenden, sonst werden unruhige Partien im Hintergrund zu deutlich.
- Die Kombination von Sonnenblende und Filter kann zu Vignettierung führen, wenn das Filter den Abstand Sonnenblende/Objektiv vergrössert.
- So nah wie möglich ans Hauptmotiv heran; je kleiner das Aufnahmeformat, um so strenger gilt diese Regel.
- Bei Aufnahmen aus Fahrzeugen ist 1/250 die längste Zeit. Je länger die Brennweite, um so kürzer die Verschlusszeit.
- Bei interessanten, unwiederbringlichen Motiven unbedingt mehrere Aufnahmen machen, eventuell mit verändertem Standpunkt.
- Bei Kameras mit gekuppeltem Beleuchtungsmesser beim Laden unbedingt die richtige Filmempfindlichkeit einstellen.
- Vor dem Kauf einer neuen Kamera prüfen, ob Sie die grossen Objektivöffnungen von 2, 1,8 oder gar 1,4 wirklich brauchen werden. Für das teure Geld lieber ein Teleobjektiv (das wie ein Feldstecher wirkt) zulegen!
- Bei Sucherkameras berücksichtigen, dass alle Objektivdeckel lichtundurchlässig sind.
- Denken Sie daran, dass sämtliche Filter für die Schwarzweiss-Photographie für den Farbfilm unbrauchbar sind, ausser dem UV-Filter (Ultraviolet-Filter).
- Die Einstellung  $\infty$  (unendlich) auf dem Objektiv ist nicht identisch mit dem mathematischen Begriff. Bei hohen Ansprüchen und offener Blende im Kleinbildformat gelten folgende Werte:

Brennweite 35 mm = Objekte weiter als 25 m  
Brennweite 50 mm = Objekte weiter als 50 m  
Brennweite 100 mm = Objekte weiter als 150 m  
Brennweite 135 mm = Objekte weiter als 300 m  
E. M.

## Kreuzworträtsel

### Auflösung von Seite 11

70) VC, 71) Ja, 72) AP,  
64) XC, 65) Gon, 66) Tri, 68) SA,  
57) Lax, 59) Jungs, 60) Rame, 62) Rad,  
51) Jan, 52) Area, 53) Ragaaz, 55) Neri,  
40) ein, 42) Rat, 47) Othen, 49) aus,  
Alder, 36) Seven, 38) Uni, 39) wie,  
29) Rheimau, 32) Arosa, 33) Rille, 34)  
21) Aar, 23) Eich, 26) Phi, 27) Di,  
Ewald, 15) Renten, 17) Amt, 18) Uomo,  
9) Labé, 11) il, 12) Not, 13) Gera, 14)  
ni, 4) Ego, 5) NG, 6) Tat, 7) er, 8) LGO,  
Senkrecht: 1) Abiose, 2) Hörnig, 3) To-  
73) Nidaa, 74) Ichangs, 75) Spiez.  
78) Eeras, 69) XCV, 71) Jona, 72) Arma,  
61) Ter, 63) Sax, 65) Guru, 66) Ra,  
1N, 56) Aul, 58) Ear, 59) Jeen, 60) Ra,  
Ivan, 48) Isa, 50) Eien, 52) Aneet, 54)  
Heer, 43) Uno, 44) Wil, 45) Dia, 46)  
Ochs, 37) de, 38) Uri, 39) Willie, 41)  
30) Alt, 31) SG, 32) Ahr, 33) Ria, 35)  
24) Tram, 25) Ogi, 26) Pat, 28) Emir,  
Loewe, 20) Immo, 21) Amt, 22) Oboe,  
Münzer, 16) Böögg, 17) Aargau, 19)  
Waagrecht: 1) Athena, 6) Tel, 10)

Unser Geschäftsführer sucht für sich und seine Familie eine sonnige und ruhige

### 4½-Zimmer-Wohnung

am linken oder rechten Zürichseeufer.

Angebote an Schweizer Spiegel Verlag  
Tel. 47 21 95