

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 60 (2003)  
**Heft:** 9: Salbei : nicht nur Schweißbremse  
  
**Vorwort:** Editorial

#### **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:** 18.01.2026

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



## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Waren das Zeiten, als die Grossmutter aus dem Tessin noch wusste, wie der beachtliche Wanst ihres Topfguckers und Hilfs-Schaumschlägers auf Niveau gehalten wird! Heutzutage muss beim Kochen alles entweder gaaanz raffiniert sein oder super-schnell und dosen-einfach. Die unzähligen TV-Kochsendungen machen es uns vor. Von morgens bis abends, von sonntags bis sonntags wird auf allen Kanälen gerührt, geschmort, gedämpft, gebruzzelt und gewokt bis die Gemüter kochen und jeder sich seine Scheibe abgeschnitten hat. Dabei geht es oft gar nicht in erster Linie ums Kochen. Viele dieser Sendungen sind ein billig produzierter Vorwand für «mit freundlicher Genehmigung von» Villeroy & Rosenalessi, Piesport & Chiantispumante. In einer Gesellschaft, wo alles Spaaass machen muss, soll natürlich auch das Kochen das tägliche reine Vergnügen sein. Das erreicht man aber nicht mit Schälen, Schnibbeln und Schmoren, sondern mit dem Drumherum-Gequatsche, um nicht zu sagen: Quatsch (mit Tunke). Kochen ist nicht nur Kunst, Show oder Duell, nein, da hat man immer gute Laune, da blinzelt schwarzer Humor hinter roten Tomaten hervor, da spült die Musi und niemand das schmutzige Geschirr. Kein Wunder, dass die soviel Spass haben: die sind ja auch fast immer zu zweit. Da kommt Neid auf in Anbetracht meiner vergeblichen Versuche, in der Küche lustige Gesellschaft zu haben. Mein Mann weigert sich strikt, mit mir schon vor dem Essen ein Gläschen in der Küche zu kippen, und meine Tochter verschwindet lieber im Bad als sich Fettspritzern, Fischschuppen oder Fenchelpulpen auszusetzen. Ich habe es auch schon mit willigen Gästen probiert (im Fernsehen drehen die immer so schön die übergrosse Pfeffermühle), doch da bin ich zu ungeduldig. Bis ich denen erklärt habe, was wo ist, habe ich's schon erledigt. Und beim letzten angeregten Küchen-Schwätzchen wurde prompt die Butter schwarz.

Vielleicht sind Sie geschickter. Vielleicht sind Sie am Herd weniger einsam. Wie dem auch sei, die bekannt guten GN-Rezepte haben wir auf vielfachen Leserwunsch jetzt so aufbereitet, dass Sie sie heraustrennen und sammeln können. Für die «A. Vogel Naturküche» gibt es in absehbarer Zeit ein schönes Sammelgefäß mit vielen Informationen rund um die Ernährung, in dem Sie die Rezepte unter fünf farblich gekennzeichneten Rubriken einordnen können. Viel Spass beim Kochen für gesunden Genuss

Ab sofort finden Sie die zusätzliche heraustrennbare Rezeptseite zwischen den Seiten 30 und 31.

wünscht Ihnen Ihre

Ingrid Zehnder