

Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 12 (1937)

Heft: 12

Artikel: Worauf es beim Backen ankommt : 10 Regeln von Frau G.

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-101123>

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: 23.01.2026

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

Worauf es beim Backen ankommt

10 Regeln von Frau G.

Wir wollen es mit der Hausbäckerei ernst nehmen. Zu allen Zeiten war es für die Familie ein Hochgenuss, wenn die Mutter oder ein anderes Glied der Familie sich im Backen betätigte.

Wenn wir aber hinters Backen gehen, so wollen wir nicht flüchtig und aufs Geratewohl einen Teig zusammenschlagen, wenn möglich noch stets den gleichen! Der Familie sowie den Besuchern macht es viel mehr Spaß, wenn wir immer wieder etwas Neues ausprobieren.

Nun gibt es aber gewisse Regeln, die beim Backen immer beachtet werden müssen. Nach meiner Erfahrung sind es die folgenden:

1. Regel

Das Rezept muß unbedingt nachgeschaut werden, selbst wenn man glaubt, es genau auswendig zu kennen. Ich weiß von einem gelernten Patissier, daß auch er seine Rezepte stets zur Hand hat. Ich weiß aber auch, daß sehr viele Hausfrauen beim Abmessen mit Tassen und ungenauen Waagen »fechten«. Dann ist es allerdings eine Sache des Zufalls, wenn es richtig herauskommt. Natürlich gibt es Frauen, die es beim Abwägen »in den Fingerspitzen« haben, aber sie sind Ausnahmen. Also alles haarscharf abwägen und den Teig genau nach Rezept verarbeiten!

2. Regel

Verwenden Sie nicht immer, und wenn, dann nicht zuviel Backpulver! Jeder Feinschmecker spürt beim ersten Bissen, ob in einem Kuchen Backpulver ist oder nicht. Natürlich ist das Backen viel müheloser mit Backpulver, und wenn es pressiert, wird man es gern verwenden, aber es geht auch ohne.

Das Geheimnis, einen Kuchen oder kleines Backwerk ohne Backpulver zum Aufgehen zu bringen, besteht darin, das Eiweiß, falls, solches im Rezept vorkommt, vorerst ganz steif zu schlagen, dann es mit Todesverachtung mindestens 5 Minuten weiter zu schlagen, bis es fast flockig wird. Dieses wirklich steife Eiweiß wirkt wie Backpulver. Es gibt natürlich auch Teige, wo man das Eiweiß nicht allein steif schlägt, zum Beispiel bei gewissen Biskuits. Hier werden Eier und Zucker im Wasserbad oder auf dem Dampf geschlagen, bis die Mischung warm ist. Dann schlägt man sie bis zum Erkalten weiter und bekommt dadurch eine prächtige luftige Masse, die herrlich aufgeht und Backpulver verschmäht.

3. Regel

Eiweiß lässt sich leichter schlagen, nachdem es einige Zeit gestanden hat und ihm eine Prise Salz oder Zucker beigegeben wurde. Eiweiß lässt sich übrigens gut 5—6 Tage aufbewahren, Eigelb hingegen erfahrungsgemäß kaum einen Tag.

4. Regel

Das Eiweiß soll im allerletzten Moment zum Teig kommen. Es darf aber nicht mit allzu großer Heftigkeit, sondern möglichst ruhig und sorgfältig darunter gezogen werden. Nicht umrühren, sondern mit einer spatelförmigen Kelle in

die Masse einlegen, damit die Luft, die im Eiweiß ist, nicht entflieht. Dann schnell den Teig in die Form und zum Backen in den Ofen.

5. Regel

Damit der Kuchen nicht klebt, die Form tüchtig ausbuttern. Am rationellsten ist es, stets ein kleines irdenes Töpfchen mit etwas Butter und einem Pinsel darin speziell für das Ausbuttern der Backform bereitzuhalten. Vor dem Backen erwärmt man das »Tüpfchen« ein wenig und dann geht das Ausbuttern mit dem Pinsel sehr rasch vor sich. Da für butterhaltige Teige ein leichteres Einfetten genügt, habe ich in der Nähe des Herdes außerdem einen fettigen Lappen zum Abreiben und zugleich Einfetten der Kuchenbleche. Dann brauche ich keinen Pinsel und weniger Butter dazu.

6. Regel

Zum Ausstäuben der bebutterten Form schüttet man viel Mehl hinein. Vorher lege man ein sauberes Papier unter die Form. Dann klopft und dreht man sie ringsum, um sie gleichmäßig mit Mehl zu bestäuben. Nun schüttet man das vorige Mehl auf das Papier und von da wieder in den Vorrat zurück. Auf diese Weise geht das Bestäuben viel rascher und gleichmäßiger vor sich, als wenn nur wenig Mehl aufs Mal verwendet wird.

7. Regel

Zum Backen verwende man statt des billigen Kristallzuckers den *leichteren, etwas teureren Grießzucker*, da er sich besser mit den übrigen Zutaten vermischt.

8. Regel

Da die Regeln für das Backen sehr stark vom Backofen abhängen, sollten wir unbedingt *bei jedem Kuchenrezept genau notieren, wie lange und bei welcher Hitze das Gebäck im eigenen Herd gebacken werden muß.* Durch diese kleine Gedächtnishilfe vermeidet man manchen ärgerlichen Mißerfolg. Außerdem kann das Backen auch einmal von jemand anders übernommen werden.

9. Regel

Für das Backen selber gibt es keine allgemeinen Vorschriften. Manche Frauen haben das Backen im Gefühl, andere lernen es mühsam durch Erfahrung. Mit den Kuchen ist es ähnlich wie mit den Blumen: Bei manchen gedeihen sie immer gut, andere Frauen werden auf geheimnisvolle Weise stets vom Mißgeschick verfolgt.

10. Regel

Eine Torte ist genug gebacken, wenn sie sich am Rande etwas von der Form löst. Man sticht zur Vorsicht mit dem Zündhölzchen in den Teig und wenn nichts Klebriges daran haften bleibt, ist sie durchgebacken. Man lasse sie eher etwas zu braun werden obenauf, damit sie auf alle Fälle inwendig genügend durchgebacken ist.

Zum Schluß noch zwei kleine Spezialitäten aus meiner Küche:

1. Meringues

Da ich beim Kochen oft nur das Eigelb brauche, zum Beispiel bei Crèmes oder bei Liaisons für Saucen oder Suppen, habe ich fast ständig Eiweiß im Vorrat. Dieses Eiweiß benützte ich für Meringues-Schalen.

Pro Eiweiß braucht es 50 g Grießzucker. Zu allererst das Blech gut buttern und mit Mehl bestäuben. Dann das Eiweiß steif schlagen und mindestens 10 Minuten nach Steifwerden weiter schlagen. Den Grießzucker mit einem Spatel sorgfältig darunter ziehen, die steife Masse in den Spritzsack, dessen Blechhülse unten eine kleine runde Oeffnung hat, füllen, dann die Meringues in Reih und Glied aufs Blech spritzen und mit Hilfe eines reinen Siebes mit Grießzucker bestreuen. Der vorige Zucker neben den Meringues ist abzuschütteln. Die Meringues sollten so steif sein, daß man das Blech umkehren kann, wobei der Zucker auf dem Blech abfällt, die Meringues hingegen hängen bleiben.

Meringues dürfen in sehr schwacher Hitze nur getrocknet, nicht aber gebacken werden. Bei mir sind sie in einer Stunde gerade recht. Sie halten sich in Blechbüchsen längere Zeit. Es lassen sich daraus reizende Desserts für den Sonntag oder auch für unerwarteten Besuch herstellen. Ich füllte sie manchmal mit Schokoladerahm (geschlagener Rahm vermischt mit Schokoladepulver) oder mit Rahm und eingemachten Früchten usw. Selbergemachte Meringues kommen billiger als gekaufte. Aus 5 Eiweiß bekomme ich 24 Meringuesschalen.

2. Weiche Caramels

500 Gramm Zucker und 5 Deziliter Rahm zur mittleren Balle kochen. (Mittlere Balle ist ein Fachausdruck. Man taucht zwei Finger in ein Becken mit kaltem Wasser, führt sie schnell in die kochende Caramelmasse und ebenso schnell zurück ins kalte Wasser. Ist die Masse recht, so hat man zwischen den Fingern ein Klümpchen, die mittlere Balle. Ist sie noch nicht genug, so gibt es eine Sauce.) Diese Masse über 100 Gramm Fondant gießen, wenn möglich auf einer Marmorplatte, dann röhrt man alles bis es fest wird und rollt die Masse mit Staubzucker aus. Den Caramelausstecher drückt man nur leicht ein. Geschnitten werden sie erst, wenn man sie braucht, da sie sonst leichter austrocknen.

Fondant ist ein speziell zubereiteter Zucker, der vom Pâtissier zum Glasieren gebraucht wird. Da es umständlich ist, ihn selber zu machen, bezieht man ihn besser in einer Konditorei. Bei uns kostet er per Pfund 80 Rappen. Er sieht aus wie ein dicker weißer Mehlabrei und ist sehr lange haltbar. Vor seiner Verwendung wird er gewöhnlich im Wasserbade erwärmt und je nach Geschmack parfümiert.

AUS UNSERN SEKTIONEN

Verzeichnis von Diapositiven:

Ein Verzeichnis von Diapositiven hat soeben unsere Sektion Basel herausgegeben. Es umfaßt 4 Kästen mit rund 160 Bildern aus wohl den meisten Basler Genossenschaftsbauten und steht Interessenten gerne zur Verfügung. (Adresse: F. Nußbaumer, Wohnungsnachweis, Münsterplatz, Basel.)

Wohngenossenschaft »Im Heimatland«, Basel

Der von der Wohngenossenschaft »Im Heimatland« im Saal des Rest. »Walhalla« Samstag, den 27. November 1937, 20.15 Uhr, veranstaltete Lichtbildervortrag: »Die Geschichte des genossenschaftlichen Wohnungsbau in der Schweiz« erfreute sich eines guten Besuches. Die erschienenen Genossenschaftsleiterinnen und Genossenschaftsleiter kamen auch auf ihre Rechnung, verstand es doch der Referent, Herr E. Zulauf, Zentralverwalter des ACV. und Präsident des Bundes der Wohngenossenschaften, die Zuhörer zu fesseln. Herr Zulauf führte in Wort und Bild die ganze Entwicklung des genossenschaftlichen Wohnungsbau in den sechziger Jahren von der Gesellschaft für Arbeiterwohnungen auf der Breite gebauten Liegenschaften, bis zu den hauptsächlich in den Nachkriegsjahren, der Zeit der großen Wohnungsnot, erstellten Liegenschaften der Wohngenossenschaften in Basel, Bern, Luzern, Olten, Winterthur und Zürich. Der Referent erwähnte die Schwierigkeiten und das Mißtrauen, das den Pionieren des genossenschaftlichen Wohnungsbau anfänglich entgegengebracht wurde, wies dagegen auf den engen Kontakt des ACV. mit den hiesigen Wohngenossenschaften hin. Durch die Gewährung von Hypothekarkrediten wurde die Gründung mancher Wohngenossenschaft überhaupt erst möglich. Unter den Zuhörern fand ein Bild der Wohngenossenschaft »Im Heimatland« aus der Bauperiode ganz besonderen Widerhall. Nach Schluß des Referates, das vom Präsidenten der Wohngenossenschaft »Im Heimatland«, Herrn Görtler, verdankt wurde, trat die Genossenschaftskapelle, ebenfalls eine Selbsthilfeorganisation, in Aktion und hielt die Genossenschaftsfamilie noch bis 1 Uhr zusammen. R. M.

LITERATUR

Hugo Marti: Der Jahrmarkt im Städtlein — Der fahrende Schüler — Die beiden Gaukler Gute Schriften, Bern. 50 Rp.

Dreizehn Jahre hat Hugo Marti als Vorstandsmitglied der Guten Schriften mit seiner umfassenden Literaturkenntnis und seinem feinen Empfinden für das Wertvolle bei der Auswahl der Schriften mitgewirkt.

Mit dem vorliegenden Bändchen tritt der allzufrüh Verstorbene nun selber in die Reihe der von ihm so sorgfältig ausgesuchten Autoren ein.

Die drei Erzählungen, die in dem Bernerheft Nr. 187 vereint sind, gehören zu seinen eigentlichen Heimatgeschichten, aus denen uns die Luft des Poetenstädtchens Liestal und der alten Rheinstadt Basel entgegenweht. Wir zweifeln nicht daran, daß eine große Lesergemeinde mit Freude die willkommene Gabe entgegennehmen wird.

Und wie wär's mit einem Abonnement auf den »Schweizer-Spiegel«?

Das ist nämlich eine der wenigen schweizerischen Unterhaltungszeitschriften, die man, auch wenn man sie von vorne bis hinten gelesen hat, noch mit gutem Gewissen offen liegen lassen darf und bei denen einem, auch wenn man sie schon ein Jahr und mehr abonniert hat, nicht das Empfinden ankommt, immer das Gleiche sei langweilig und man müßte einmal wechseln. Im »Schweizer-Spiegel« fehlt es nicht an Abwechslung, fehlt es nicht an Überraschungen. Er hat einen neuen, frischen Zug und gesunde Luft in den »Zeitschriftenwald« gebracht und bis heute beibehalten. Zum Lesen und zum Betrachten, zum Studieren und zum Stillgenießen, immer bietet er uns Neues. Und schon manch wertvoller Fund ist ihm gelungen, den wir