

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 81 (2003)
Heft: 11

Artikel: Marianne Kaltenbach
Autor: Ingold, Verena
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-726267>

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: 31.01.2026

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

Marianne Kaltenbach

Je zerfledderter ihre Kochbücher aussehen, umso mehr freut sich Marianne Kaltenbach. Ihre Werke sollen nicht gelesen, sondern genutzt werden. Und das werden sie auch: Ihre Kochbücher sind Klassiker.

VON VERENA INGOLD

Sie sieht so aus, wie sie immer ausgesehen hat: irgendwie zeitlos. Und deshalb mag es Marianne Kaltenbach auch nicht besonders, wenn man sie nach ihrem Alter fragt. «Ich bin immer noch aktiv», sagt sie. Das muss genügen. Sie sitzt auf dem eleganten Gobelin-Sofa in ihrer herrschaftlichen 4-Zimmer-Wohnung im ersten Stock einer Jugendstil-Villa mit Traumblick über den Vierwaldstättersee. Die Räume sind hoch – und bis oben voll gestellt mit Büchern. Nicht nur Kochbücher, auch Gottfried Keller und Paul Verlaine stehen da. «Vor lauter Büchern hatte ich fast keinen Platz für die Möbel», lacht die Hausherrin.

Zum Lesen kam sie aber kaum in den letzten Monaten. Vor kurzem kam eines ihrer Standard-Werke, «Aus Italiens Küchen», neu heraus, überarbeitet von der Autorin selber. Und noch viel aufreibender war die Zeit vorher: Nach dem Verkauf des Hallwag-Verlages, der ihre Bücher herausgebracht hatte, musste sie sich selber um ihre Werke kümmern. «Ich musste mich wehren!», sagt sie; und man ahnt, dass hinter ihrem sanften Wesen ein eiserner Wille steckt und ein Kopf, der weiss, was er will.

Wieder eine Medaille

Anfang Oktober konnte Marianne Kaltenbach an der Frankfurter Buchmesse eine weitere Medaille der Gastronomischen Akademie Deutschlands in Empfang nehmen – die achte oder neunte. Diesmal für ihre «Tessiner Küche». Ihr Gesamtwerk wurde schon ausgezeichnet, und für ihr Fischbuch hat sie die «Goldene Feder» bekommen, eine Auszeichnung, die nur alle fünf bis sechs Jahre verliehen wird. Wie viele Bücher

Marianne Kaltenbach in ihrem Leben geschrieben hat, weiss sie nicht genau. Etwa fünfzig werden es gewesen sein. Und jedes erlebte mehrere Auflagen: «Bei «Aus Italiens Küchen» und «Schwizer Chuchi» waren es mindestens zwölf.»

Angefangen hatte sie mit kleinen Broschüren für den Nelly-Kalender, eine Zeitschrift, die eine befreundete Familie herausgab. «Pikantes Gebäck», hiess das erste Heft. Da war vieles drin, was man hierzulande damals noch nicht so kannte, Quiches beispielsweise. «Ich bin sehr frankophil, auch im Kochen», beteuert Marianne Kaltenbach, die grösstenteils in Lausanne aufgewachsen ist und Deutsch als Fremdsprache lernte.

Der Sinn für Feines aus der Küche wurde ihr fast schon in die Wiege gelegt.

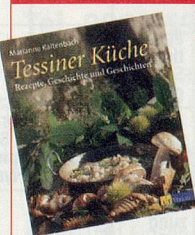
Ihr Grossvater war Verwaltungsratspräsident einer exklusiven Hotelgruppe und nahm seine Enkelin oft mit in die Gourmettempel. Da lernte sie eine gepflegte, qualitativ hoch stehende Küche schätzen, das Gute vom weniger Guten unterscheiden. «Aber auch zu Hause ass man bei uns gut», betont sie. Grossmama wusste zudem genau, welchen Käse man bei welchem Käsehändler kaufen musste, wo es das beste Fleisch gab und wo man diese oder jene Wurst holen musste, um das Beste zu bekommen.

Gut kochen?

Vom Kochen allerdings hatte Marianne Kaltenbach keine Ahnung. Grossmama kochte zwar raffiniert, aber mithilfe einer Köchin. «Als ich nach meiner Heirat nach Luzern kam, brachte mein Mann oft Leute heim und sagte: Du kannst ja gut kochen.» Sie lacht. Doch erst als sie nach einer Operation zur Erholung in einem Hotel in Menton landete, zündete der Funke. «Die hatten eine faszinierende Küche. Nach ein paar Tagen fragte ich nach dem Küchenchef.» Der holte schliesslich ein dickes Buch hervor, «La cuisine moderne française». Sie reiste darauf gleich nach Nizza, besorgte sich den Schinken selber – und machte ihn zur Basis ihrer eigenen Kochkunst.

Diese Kunst professionell einzusetzen, war für Marianne Kaltenbach damals kein Thema. Erwerbstätigkeit kam für sie nicht in Frage. Auch ihr zweiter Mann, der Grafiker und Kunstmaler Fritz Kaltenbach, wollte nicht, dass seine Frau sich ausser Haus betätigte. Dann starb überraschend seine Sekretärin – und er war froh, dass jemand einspringen konnte und auch etwas von Werbung verstand. Das Unternehmen «Culinas PR AG» der Kaltenbachs war geboren.

BUCH-TIPPS



► Im Buch «Tessiner Küche» finden Liebhaber 130 Rezepte der traditionellen Küche – wie sie von der «Nonna» noch gekocht werden.

Marianne Kaltenbach hat die Gerichte gesammelt, auf ihre Art neu rezeptiert, ohne ihnen den ursprünglichen Charakter zu nehmen: Tessiner Küche. Marianne Kaltenbach. AT Buch Verlag Aarau, 2002. 120 S., mit Abbildungen. CHF 29.90 (Bestelltalon auf Seite 60).

► Der viel geliebte Kaltenbach-Klassiker «Aus Italiens Küchen» ist von den Autorinnen überarbeitet kürzlich als Neuauflage erschienen: Aus Italiens Küchen. Marianne Kaltenbach/Virginia Cerabolini. GU-Verlag 2003. 320 S., mit Abbildungen. CHF 50.20 (im Buchhandel erhältlich).



BILDER: ZVG; VERENA INGOLD



Marianne Kaltenbach führte in Luzern zehn Jahre lang ein eigenes Restaurant und schrieb rund fünfzig Kochbücher.

Eigenes Restaurant

Zehn Jahre lang führte Marianne Kaltenbach in Luzern ein eigenes Restaurant: «Ich habe sozusagen Tag und Nacht gearbeitet.» Eine Zeit lang betrieb sie daneben auch noch eine Kochschule. Als im Spätherbst 1989 ihr Mann starb, gab sie beides auf und führte zusammen mit seinen Mitarbeitern die Agentur weiter. Inzwischen hat sie auch die verkauft und ist in den oberen Stock der Villa gezogen. An Arbeit fehlt es ihr trotzdem nicht. «Ich habe immer noch einen aufwendigen Apparat», erklärt sie. «Vieles kommt immer noch hierher, Briefe, Telefone.» Und dann führt sie auch nach wie vor ihre Kochkurse in der Provence durch, in einem Schloss-Hotel in der Nähe von Uzès.

Sehnsucht nach der Vergangenheit hat sie nicht. «Ich lebe im Jetzt.» Mit Ausnahme einer Abnützungserscheinung im Rücken, die ihr in letzter Zeit etwas zu schaffen machte, fühlt sie sich gesund und munter. Freut sich, dass sie jünger geschätzt und auch von Jungen geschätzt wird. Und dass auch sie nach Kaltenbach kochen. «Am meisten Freude habe ich, wenn man mir Bücher von mir zeigt, die ganz abgegriffen sind», sagt sie, Bücher, die benutzt werden. «Die Leute erzählen mir oft sofort, was sie eben gekocht haben und wie es herauskam – das ist schön.»

Sie selber ernährt sich gesund und leicht – aber keine Diät. Trotzdem kann sie ihre Figur mühelos halten. Morgens gibt es Früchte, Sauermilch oder Joghurt und Flöckli, damit sie auf genügend Vitamine kommt. Mittags viel Salat, viel Gemüse, wenig Fleisch, gekocht wird mit Olivenöl. Und wenn sie auswärts isst, gibts abends nur einen Apfel oder auch mal gar nichts. Treibt sie Sport? Sie lacht: «Ja? Treppensteigen!» ■

Ihre Agentur für Kulinarisches war damals in einem kleinen Einfamilienhaus untergebracht, in dem die Kaltenbachs auch wohnten. Erst als ihnen wegen zu wenig professioneller Räume ein lukrativer Auftrag wieder entzogen wurde, hielten sie nach etwas Repräsentativerem Ausschau. Im Jahre 1966 fanden sie die etwas vernachlässigte Jugendstilvilla über dem See, die Platz bot für alles: Künstleratelier, Fotoatelier, Büros, Testküche, Wohnung, 18 Zimmer und eine kleine Einliegerwohnung. Ein Traum.

Dort fing die Karriere der Gastro-Journalistin Marianne Kaltenbach so richtig an. Ein Engländer, der ein Buch über die Schweiz gestaltet hatte, wollte von ihr passende Rezepte dazu haben. Gemeinsam suchte man einen Verlag – und fand

keinen für das ganze Projekt. Die Rezepte von Marianne Kaltenbach allerdings kamen an. Der Hallwag-Verlag machte daraus ihr erstes grosses Kochbuch, «Ähti Schwizer Chuchi». Es wurde ein Bestseller.

Auch Zeitschriften schätzten bald die Zusammenarbeit mit Marianne Kaltenbach. Ihre Grundsätze: gute Produkte, gut zubereitet. Eine zeitlose Küche, die immer aktuell ist. «Ich bin echli Puristin», sagt sie. «Furchtbar Gesundes» mag sie genauso wenig wie allzu Üppiges. Und ganz schlimm: wenn Produkte kaputtgemacht werden, weil man ihren Geschmack mit zu viel Gewürz überdeckt. Auch Schnickschnack ist ihr ein Gräuel. «Kreativität schätze ich sehr – aber es muss gekonnt sein!»