

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 89 (2011)  
**Heft:** 1-2

**Artikel:** Pro Senectute : cucina italiana  
**Autor:** Honegger, Annegret  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-722174>

#### **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](#)

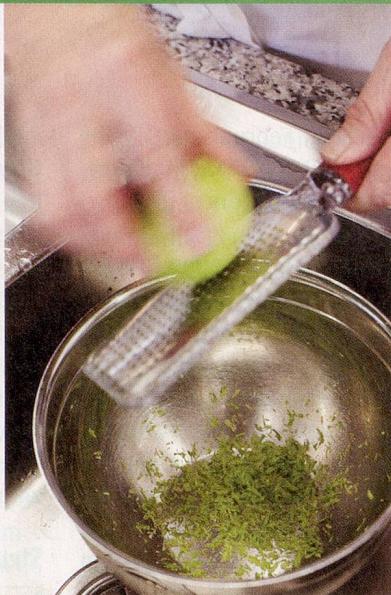
#### **Terms of use**

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:** 25.02.2026

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

# Pro Senectute



## Cucina italiana

Bella Italia Menù, per favore? Im Kurs «Parlare l’italiano cucinando» von Pro Senectute Aargau werden Gehirn und Gaumen mit vielen Köstlichkeiten aus unserem südlichen Nachbarland erfreut.

nsalata fantasia con uova di quaglia, Spezzatino di salmone con riso selvaggio, Crema al limone – bereits das Blatt mit dem Menü lässt das Wasser im Munde zusammenlaufen. Der Kurs, der an diesem Nachmittag im Lenzburger Mattenweg-Schulhaus angeboten wird, heisst ebenso klingend wie die Gerichte, die gereicht werden: Parlare l’italiano cucinando, also – auf Deutsch nicht halb so elegant – kochend Italienisch sprechen.

Vor dem Griff zu Pfanne und Kelle heisst es deshalb für die Teilnehmenden zuerst übersetzen und Wörter lernen. Italienischlehrerin Loredana Furter, welche die Idee der Verbindung von Koch- und Italienischkurs hatte, bespricht mit ihren Schülerinnen und Schülern ingredienzi und procedimento, Zutaten und Zubereitung. Der Salat zur Vorspeise wird mit uova di quaglia, mit Wachtel-eiern, garniert, zum Hauptgang gibt es Lachsragout mit Bohnen und Wildreis und zum Dessert eine Zitronencreme.

Auch für jene, die gut Italienisch können, hält das Küchenvokabular noch

einige neue Verben und Finessen bereit wie spennellare, spolverizzare, rassodare, raffreddare, sgusciare, sgocciolare, sbucciare – also bestreichen, bestreuen, hart kochen, abkühlen, schälen, abtropfen, häuten. Komplizierte Vorgänge und Mengenangaben werden im Detail besprochen, damit später in der Hitze des Gefechts nichts schiefgeht und aus Verständnisgründen anbrennt oder versalzen wird.

### Lavoro interessantissimo

Tutto capito, alles klar? Gut vorbereitet wechseln die sieben Kursteilnehmenden vom Theorieraum in die moderne Schulküche, wo Loredana Furter schon alles bereitgestellt hat: pomodorini, cetrioli, fagiolini, sale e pepe... Die Rezeptblätter liegen spritzsicher in einem durchsichtigen Mäppchen auf der Ablagefläche aus Granit.

«Buon lavoro» wünscht die Leiterin, die fünf Frauen und zwei Männer binden sich die Schürzen um, krempeln die Ärmel hoch und gehen in Gruppen an

den blitzblanken Küchenkombinationen an die Arbeit.

Teamwork ist gefragt. Die Dreiergruppe von Eveline Zehnder, Margrit Koncilja und Erich Müller ist bereits eingespielt: «Wir besuchten drei Jahre zusammen den Italienischkurs und kochen jetzt auch gemeinsam. Wobei wir wohl besser kochen als Italienisch sprechen...», lacht «Enrico» Müller. Es wird gerüstet, gerührt, angebraten und gemixt. «Dov’è la bilancia?», ruft jemand auf der Suche nach der Waage. «Was heisst schon wieder tagliare a rondelle?», fragt eine Teilnehmerin mit dem Rüstmesser in der Hand.

Bald schon steigen verlockende Düfte aus Ofen, Pfannen und Schüsseln. Loredana Furter hat ihre Augen und Ohren überall, greift da und dort helfend ein, wenn jemand ein Wort nicht übersetzen kann, zieht eine Pfanne von der Platte, wenn etwas überzukochen droht, und verteilt Tipps und Komplimente. «Delizioso!» lobt sie, «siete bravissimi!» Die Crema bitte nur «a fiamma bassissima», auf kleinstem Feuer, köcheln, das Öl zur



Italienischklasse  
am Herd: In Loredana  
Furters Kurs rutscht  
die Mittelmeerkultur  
ganz natürlich  
in Köpfe und Hände.



Bilder: Ursula Müller

Salatsauce «piano, piano» beigeben, dann werde sie sämiger. Ab und zu mahnt sie: «In italiano, per favore!»

Die gebürtige Sizilianerin und leidenschaftliche Köchin ist in der Küche in ihrem Element. «Ich könnte den ganzen Tag kochen», schwärmt sie, sie fühle sich nach einem Kursnachmittag nicht müde, sondern voller Energie. Ihre Rezepte sind persönliche Favoriten, die zum Teil noch aus dem Fundus ihrer Mutter und Grossmutter stammen. Alles wird zu Hause vorgekocht, damit es im Kurs dann auch mit grösseren Mengen klappt.

Der Einfall mit dem Kochkurs auf Italienisch kam ihr, als die Teilnehmenden ihrer Sprachkurse sich wünschten, das Gelernte öfter anwenden zu können als nur in den Ferien. «Eine tolle Idee», findet Teilnehmerin Ria Franchi, «weil wir hier Hirn und Hände trainieren können.»

Nachdem der Salat parat, das Dessert kalt gestellt und für den Hauptgang alles vorbereitet ist, setzt sich die Gruppe an den festlich gedeckten Tisch und isst die Vorspeise. Angestossen wird bei Kerzenlicht mit einem Chardonnay aus dem Piemont. Loredana Furters Konzept, ihre Koch- und Dekorationskünste kommen in der gemütlichen Runde sehr gut an. «Das feine Menü und der passend gedeckte Tisch sind jedes Mal eine schöne Überraschung», sind sich alle einig.

Einmal waren es die italienischen Landesfarben, die Loredana Furter inspirierten, einmal die Jahreszeit. Einmal gab es ein Carpaccio di bresaola mit Pilzrisotto, einmal Huhn mit Zitronensauce und Cappuccino-Creme. Die meisten Teilnehmenden kochen daheim regelmässig und schätzen die neuen Impulse aus dem Süden. «Die italienische Küche ist ein-

fach grandios und Italienisch eine wunderschöne Sprache – ich profitiere in beidem sehr hier», sagt Teilnehmerin Ursula Bühler. Auch Margrit Koncilja lernt gerne dazu, «denn in unserem Alter ist man ja bezüglich Kochen etwas festgefahrene».

### Wörterbüffeln con gusto

Alle schätzen das Miteinander in der Küche, das gemütliche Zusammensein bei der anschliessenden Mahlzeit. Dank der guten Vorbereitung liegt schon bald der Lachs mit Bohnen und Reis auf dem Teller. Beim Tischgespräch übers Kochen und Essen wird spielerisch am Wortschatz gefeilt: spicchio di aglio heisst Knoblauchzehe, il ciuffo di prezzemolo ist ein Büschel Petersilie, tuorlo di un uovo ein Eigelb. «Molto complicato» sei es schon manchmal, meint jemand, wenns schnell gehen müsse und man ein Wort oder den fremden Herd nicht kenne. Loredana Furter empfiehlt, die Gerichte in der eigenen Küche in Ruhe auszuprobieren und bei einer Einladung so weit wie möglich vorzukochen. Bisher, lobt sie ihre Teilnehmenden, seien immer alle Menüs perfettamente gelungen.

Die Crema al limone zum Dessert erinnert bei jedem Löffel ans Land, wo die Zitronen blühen, und fast schon kommt am winterlichen Tisch Ferienstimmung auf. Genau das hat Loredana Furter mit ihrem Angebot bezweckt: einen Kurzurlaub mitten unter der Woche, ein bisschen Italien mitten im Aargauer Alltag. *Buon appetito!*

Annegret Honegger

## Pro Senectute Aargau

Nebst weiteren Kochkursen wie «Häppli und Vorspeisen», «Spargeln» oder «Schnell, gut, günstig und gesund» bietet Pro Senectute Aargau im ersten Halbjahr 2011 ein vielseitiges Kursangebot zu diversen Themen an: «Steuererklärung», «iPad», «Singend in den Frühling», «Aloe was, Vera wer?», verschiedene Führungen und vieles mehr. Zudem sind die aktuellen Themen «Im Verkehrsverbund der A-Welle unterwegs» sowie «Eco Drive» noch einmal ins Programm aufgenommen worden.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Pro Senectute Aargau, Telefon 062 837 50 70, Mail [info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), Internet [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch). Koch- und viele andere Kurse bietet auch Ihre Kantonale Pro-Senectute-Organisation an. Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne in diesem Heft oder unter [www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)