

Aus der Küche

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Die Berner Woche**

Band (Jahr): **33 (1943)**

Heft 17

PDF erstellt am: **25.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

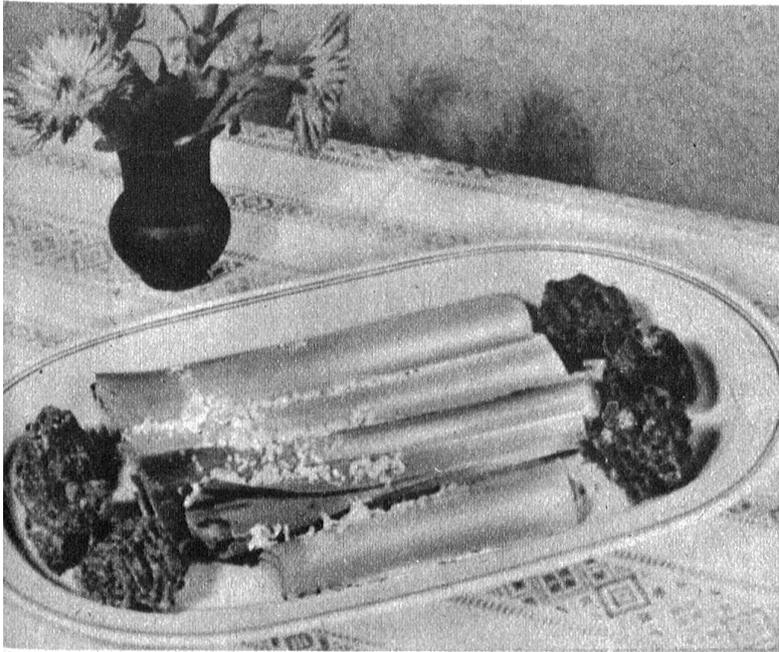
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Was kochen wir am besten?

Ein Gang über den Markt zeigt uns schon die ersten Gaben des Frühlings; Löwenzahn, Brunnenkresse, Radiesli, Spinat. Gartenkresse mit einem Kranz roh geriebenen Rüebli ist, gut zubereitet, zu Kartoffeln in der Schale, eine wahre Delikatesse. Mutter Natur spendet für diejenigen, die sich die Mühe nehmen, sogar umsonst Löwenzahn und Brennessel. Beide Gemüse von hohem gesundheitlichem Wert. Brennessel kann wie Spinat zubereitet werden; der Löwenzahn schmeckt als Salat sehr gut. Wer einmal die Radiesli auf eine andere Art zubereiten möchte, mache einen Radiesli-Salat: etwas Oel, Zitronensaft oder Essig, Salz, Pfeffer, feingewiegter Schnittlauch und Zwiebeln werden miteinander vermengt; mit einem Löffel roher Milch abschmecken. Radiesli mit der Bircherraffel hinreiben oder fein hobeln. Denken Sie auch daran, jede Suppe mit etwas Kräutern oder rohem Gemüsesaft vor dem Anrichten abzuschmecken? So erhalten wir die unentbehrlichen Nährstoffe und der Nährwert der Suppe wird zudem erhöht. Jede Hausfrau wird es sich zur Pflicht machen, diese ersten Gaben mindestens im Tag einmal auf den Tisch zu bringen, um so die Gesundheit fördernd zu unterstützen.

h. h.



Lauch mit Maisklösschen. Lauch ist möglichst kurz in wenig Fett, viel Zwiebeln, Knoblauch, einer Messerspitze Paprika weichzudämpfen. Mit geriebenem Käse bestreuen. Dazu Maiskugeln: Mais ist in Bouillonbrühe einzulaufen, mit Salz, Muskat, viel gehacktem Grün, Pfeffer und Paprika abzuschmecken. In ein Glas geben wir Paniermehl, stechen vom Maisbrei ab und schütteln gut, bis sich ein runder Kloss bildet. Im Fett backen oder aber in Salzwasser legen und ziehen lassen. Wenn wir die Klösse im Salzwasser kochen, dann ist dem Mais ein Ei oder aber 2 Esslöffel Mehl beizufügen, damit er ja gut zusammenhält.

Brötchen mit Thon, warm. Wir schneiden Kastenbrot in Scheiben und lassen es im Ofen knusprig rösten. Unterdessen bereiten wir uns eine pikante Mehlsauce mit feingewiegten Zwiebeln, einigen Kapern oder ganz fein geschnittenen Gewürzgerken, Zitronensaft, Salz, Muskat und lassen die Sauce sehr dick einkochen. Den Thon zerzupfen wir mit der Gabel und geben ihn in die Sauce. 3 Minuten mitkochen lassen. Dick auf die Brote streichen und sofort servieren.



Rhabarberschnittli. Die Rhabarber ist uns sehr willkommen, bietet sie doch einen wirklichen Ersatz, wenn im Keller die Aepfel wie «Schnee an der Sonne» zu Ende gehen. Junge Rhabarber braucht nicht geschält zu werden. Wir schneiden ca. 2 cm lange Stücke, geben sie ohne Wasserzugabe mit ein wenig Zucker (Rest Sacharin) auf das Feuer und lassen die Rhabarber unter öfterem Schütteln zusammenfallen. Würzen mit Zimt, das Abgeriebene einer Zitrone und einer Prise Kakao- oder Schokoladepulver. Zwieback wird nun mit der Masse bestrichen und sofort serviert. Wer es liebt, kann jede Schnittli mit süßem Quark garnieren.

Gemüse-Beefsteaks. Dazu benötigen wir Gemüse, was der Markt bietet, z. B. Spinat, Brennessel, Löwenzahn, Sellerie, Rüebli. Die ersten drei Gemüse wie üblich zubereiten; Spinat dämpfen, hacken. Sellerie und Rüebli sind an der Bircherraffel zu reiben. Alles untermischen; Salz, feingewiegte Zwiebeln, Knoblauch, Peterli, Mus-

kat, eine Messerspitze Liebig-Fleischextrakt und ein Esslöffel Mehl, sowie ein Ei dazu geben. Wer es kann, gebe noch einen Esslöffel Haferflocken dazu. Muss pikant abgeschmeckt sein. Kleine Beefsteaks formen, in Oel backen und mit Zitronenscheiben garnieren. Dazu Kartoffeln mit Petersiliensauce und Salat servieren.

