Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 30 (1940)
Heft: 17

Rubrik: Haus und Heim

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: 14.07.2025

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

Haus und Heim

Gewürzkräuter-Garten auf dem Balkon

Wer erst einmal jungen Kopfsalat mit den sprichwörtlich gewordenen sieben Kräutern gegessen hat (Petersilie, Zwiebel, Borretsch, Estragon, Schnittlauch, Pimpinelle und Dill), wird nicht mehr auf diese Würzkräuter verzichten, die überhaupt zum Wohlgeschmack sehr vieler Speisen außerordentlich beitragen.

Wie wäre es zum Beispiel mit der Zitronenmelisse oder mit dem jungen Grün der Blumenkresse? Auch sie sind für den Salat eine pikante Zugabe. Überhaupt sind Würzkräuter, richtig ausgewählt, längst unentbehrlich geworden. Man braucht ja nur einmal an das morgendliche Frühstück zu denken. Die Zeiten, in denen „Borstenvieh und Schweinespeck der alleinige ideale Lebenszweck" waren, sind glücklicherweise vorbei. Wir bevorzugen dafür heute ein Butterbrot mit frischen Tomaten, Gurken oder Radieschen, alles von feingehackter Petersilie und Dill bestreut, oder ein weißes Käsebrot, das mit gehacktem Schnittlauch reizvoller für das Auge und schmackhafter und gesünder für den Magen sind. Die wichtigsten Kräuter sind wohl Petersilie und Zwiebel. Aber auch Dill ist vielseitig zu verwenden und schmeckt ausgezeichnet. Es genügt das Stichwort „Aal" oder „Krebsschwänze". Und selbst der Gurkensalat wird durch Dill und Petersilie ungemein verfeinert. Übrigens braucht man Basilikum und Dill zum Einlegen von Senf- und Essig-Gurken. Während Beifuß in der Hauptsache getrocknet zum Gänse-, Enten- und Schweinebraten notwendig ist, sind alle anderen Kräuter frisch zu verwenden.

Für die frischen Kräuter sind die Hauptabnehmer alle delikaten Kräutertunken (etwa mit Zitronensaft, Rahm und hartgekochtem Ei verrührt zu Rindfleisch) und dann die Frühlingssuppen, etwa Salbei zur Aalsuppe. Vor allem aber darf man Sauerampfer und Kerbel nicht vergessen. Allerdings ist das nicht jedermanns Geschmack, darum vorsichtig in der Anwendung. Man sieht, ohne Würzkräuter kann man in der modernen Hauswirtschaft nicht mehr auskommen. Wenn sie nur nicht das Mittagessen noch so verteuern würden! Aber auch dafür gibt es einen Rat. Wie wäre es zum Beispiel mit dem Versuch, sich einen kleinen „Würzgarten" auf dem Balkon anzulegen? Vielleicht glückt es.

Dann aber sofort beginnen, denn die Aussaat soll möglichst noch im April geschehen. Man wählt Balkonkästen oder Töpfe an einer sonnigen Stelle und füllt sie mit gut gedüngter Erde. Dann kann das Einsetzen der jungen Pflanzen (Anfang Mai bis Mitte Mai) beginnen. Für den Balkon eignen sich besonders Schnittlauch, Petersilie, Pimpinelle, Basilika und Salbei. Die Pflege ist sehr einfach. Sie besteht in regelmäßigem Gießen und Auflockern der Erde, damit sich das Unkraut nicht breit macht.

Das Schönste am selbstangelegten „Würzgarten" ist natürlich die Ernte. Auch sie will gelernt sein. Eine alte Erfahrung lehrt zum Beispiel, daß man Kraut und Blätter des Wohlgeschmackes wegen nur am Nachmittag schneiden soll. Beim Schnittlauch müssen die Büschel stets ganz heruntergeschnitten werden, sonst geht die Pflanze ein. Will man die Kräuter trocknen, dann legt man die vorsichtig abgepflückten, gesunden Blätter auf ein Stück Papier, an einen ruhigen Platz ohne Sonne. Trocknen in der Sonne ist schädlich, nimmt den Geschmack. Majoran, Beifuß und Bohnenkraut werden am besten gebündelt zum Trocknen aufgehängt. Die getrockneten Kräuter kann man in verschließbaren Gläsern oder Porzellandosen aufheben, vorsorglich mit einem Etikett versehen.

Auf diese Weise kann man sich mit seinem sommerlichen „Würzgarten" auf dem Balkon das ganze Jahr hindurch die wohlschmeckenden Kräuter mit leichter Mühe und geringen Kosten ziehen.

Rezepte

Brotkäseauflauf.

400 gr Brot in heißer Milch aufweichen, 2 Eigelb, 130 bis 150 gr geriebenen Käse und 80 gr Öl dazu mischen. Die steifgeschlagenen Eiweiß darunterziehen, in die Auflaufform füllen (die Masse darf nicht zu trocken sein, gut dickflüssig) und 40—50 Minuten backen.

Apfelrösti.

Schöne Haferflocken werden mit halbsoviel Zucker angeröstet bis sie schön goldbraun sind, dann fügt man 1 kg auf der Röstiraffel geriebene ungeschälte Äpfel hinzu und dämpft zugedeckt kurze Zeit. Nach Belieben noch etwas nachzuckern und warm servieren.

Praliné-Apfelcreme.

Rohe feingeriebene Äpfel mit etwas Zitronensaft und mit geschwungener Nidel mischen. In der Bratpfanne grob geriebene Mandeln mit Zucker anrösten (gleiches Gewicht Zucker wie Mandeln) und wenn erkaltet, der Creme beifügen und das ganze mit unvermischter geschwungener Nidel, die man zurückbehalten hat, garnieren.

Rübchen-Speise (süß).

Feine Haferflocken mit doppelt soviel Löffeln roher Milch einweichen und etwas stehen lassen. Ungefähr gleiches Quantum rohe Rübli auf der Bircherraffel schaben und mit dem Saft von 1—2 Zitronen und 1 Tasse vorgeweichten Weinbeeren mit den Haferflocken mischen und nach Belieben mit Honig oder Zucker süßen.

Kohlauflauf (besonders gut aus Rosenkohl).

1 Pfund Kohl wird mit wenig Wasser weichgekocht und durch ein Sieb gestampft. Dann läßt man 50 gr Butter zergehen und mischt das Mus gut damit, gibt eine Handvoll aufgeweichtes Brot, etwas Milch, zwei Eigelb und wenn nötig noch etwas Salz dazu und zieht zuletzt noch die zu Schnee geschlagenen Eiweiß leicht darunter, füllt die Masse in eine gebutterte mit Brosamen ausgestreute Auflaufform und läßt 15—20 Minuten im Ofen backen oder kocht 1 Stunde im Wasserbad. Stürzen und mit einer Bechamel- oder Tomatensauce übergießen.

Grape-fruits.

Die großen, saftigen Früchte eignen sich ausgezeichnet als erfrischenden Ersatz für Suppe. Sie werden halbiert; mit einem scharfen Messer löst man dann das Fruchtfleisch los und schneidet es in Schnitzchen. Es wird aber in der Schale belassen. Man überzuckert nun die Früchte und setzt in die Mitte eine eingemachte, rote Kirsche.

Zitronenschnee.

Die Schale von 2—3 Zitronen wird mit Würfelzucker abgerieben. Dann preßt man den Saft aus und läßt in diesem Zitronensaft den Zucker schmelzen. Wenn er ganz aufgelöst ist, rührt man nach und nach den steifen Schnee von 4—5 Eiweiß unter den Saft. Der ganz steife Schaum wird auf Eis gestellt und kurz vor dem Auftragen mit einem Teller voll gezuckerten Beeren oder verschnittenen Früchten vermengt.

Stofati.

Rindfleisch (Hohrückenstück) wird geklopft, gesalzen, mit Speck gespickt und mit einer Mischung von gehackter Petersilie, Zwiebel und gewiegter Zitronenschale eingerieben. Man bäckt das Fleisch in heißem Fett ringsherum bräunlich, gibt 1 Zwiebel, 2—3 Karotten, 1 Glas Rotwein und einige Löffel Salzwasser dazu und schmort alles zugedeckt 1 Stunde. Dann rührt man 1—2 Löffel Mehl mit Wasser oder Wein zu einem glatten Brei, rührt ihn in die Brühe und kocht alles nochmals eine knappe Stunde.