

Zeitschrift: Die Berner Woche
Band: 32 (1942)
Heft: 17

Artikel: Zeitgemässes Haushalten
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-639658>

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: 15.07.2025

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



Die Kursleiterin, Frau Ziegler, zeigt im Rahmen der „Eintopfgerichte“ die richtige Verteilung der nötigen Zutaten.

Pilaw. **Zutaten:** 500 g saftiges Rindfleisch oder zartes Hammelfleisch, 75 g mageren Speck, 1 Löffel Fett, 1 Löffel Zwiebeln, $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe, Petersilie, 120 g Reis, 30 g geriebener Käse, 1 Löffel Tomatenpüree Saft von $\frac{1}{4}$ Zitrone, Fleisch- oder Knochenbrühe, Salz. — Das Fleisch und den Speck in viereckige Würfelchen schneiden, den Speck im heissen Fett glasig braten, das Fleisch beifügen und unter Rühren auf leicht anbraten, Knoblauch, Peterli beigegeben, mildünsten, den Reis und soviel Brühe beigegeben, dass sie doppelt so hoch steht wie das Fleisch. Salzen, den Topf gut schliessen und 30 Minuten auf schwachem Feuer dünsten. Kurz vor dem Anrichten wird der Käse, Tomatenpüree, Zitronensaft beigegeben. Alles mit einer Gabel leicht untereinandergemengt und serviert.

Zeitgemässes Haushalten

Unter diesem Motto hat die Firma Dr. A. Wander AG. durch den Schweizer Verband Volksdienst in ihren Wohlfahrtsräumen einen Kurs durchgeführt, der im Sinne des sparsamen Haushaltens bei billiger aber guter Verköstigung mehr einer Schulung als einer blossen Aufklärung gleichkam. Der Schweizer Verband Volksdienst leistete durch die Leiterin des Kurses, Frau Ziegler, eine vollwertige Arbeit, die sicher ihre praktische Auswirkung hat. Das ganze Programm war auf die heutige Zeit abgestimmt sowohl in bezug auf die vorhandenen Lebensmittel als auch bezug auf die Erhaltung der Gesundheit in der Familie, die einfache aber gesunde Lebensweise! — Der Gedanke — zeitgemässes Haushalten — fand viele dankbare Anhängerinnen, und herrlichen Küchendüfte hätten sogar manchen verwöhnten Mann für das zeitgemässe Kochen zu begeistern vermocht.



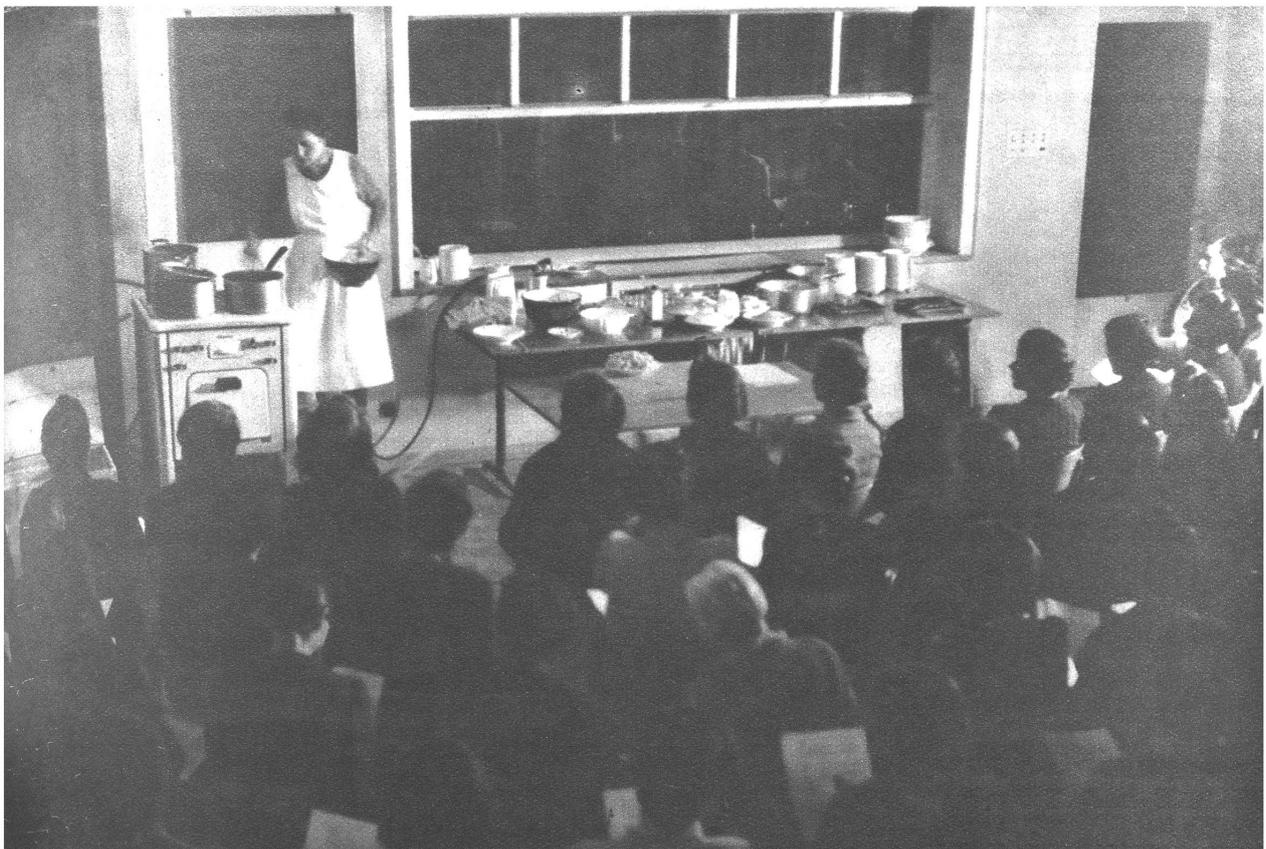
Andächtig lauschen die Kursteilnehmerinnen den Ausführungen der Leiterin und beobachten gespannt — „wie es gemacht wird“



Es ist wahrlich kein Hokuspokus, sondern ein ganz natürlicher Vorgang — Man nimmt zu den

Pizzoccheri (Bündnerknöpfli). **Zutaten:** 250 g Kartoffeln, 200 g Mehl, 1 Ei, Salz, Milchwasser, 1 Teller fein geräffertes Gemüse und Kräuter, Salzwasser, Käse, eventuell Butter. — Aus Mehl, Ei, Salz, Milch, Wasser und den roh geriebenen Kartoffeln einen dicken Knöpfelteig machen und ihn einige Zeit ruhen lassen. Die vorbereiteten Gemüse dazu geben, ziemlich grosse Knöpfli davon abstechen und im siedenden Salzwasser weichkochen. Gut abtropfen und auf heisse Platte legen, welche mit Käse anrichten. (Nach Möglichkeit mit brauner Butter überschmelzen oder mit Tomatensauce servieren.)

(PHOTOS E. THIERSTEIN)



Alles ist vorbereitet und in greifbarer Nähe für weisse Rüben, Kartoffeln und Brät.

Weisse Rüben, Kartoffeln und Brät. Zutaten: 750 g weisse Rüben, 20 g Kartoffeln, 200 g Brät, 100 g Brot, in etwas Milch eingeweicht, Grünes, Zwiebel abspülen und mit dem Brät gut mischen und Würstchen formen. — Die in Würfel geschnittenen Rüben mit wenig Wasser oder Fett und Zwiebeln durchdämpfen. Die geschälten und halbierten Kartoffeln darauflegen, salzen und zugedeckt gar dämpfen. Nach Belieben etwas Kümmel darüber streuen, 10 Minuten vor dem Anrichten die kleinen Bratwürstchen darauf legen und mildämpfen.

Die Kritik der fertigen Speisen ist sicher gründlich vorgenommen worden, und manche gute Hausfrau musste zugeben, dass selbst mit weniger Speck, Eiern und Butter vollwertige Mahlzeiten sehr gut zubereitet werden können, wie das auch beim gefüllten Kohlkopf der Fall ist.

Gefüllter Kohlkopf. Zutaten: 1 Kohlkopf, Salzwasser, 200 g Hackfleisch, etwas Zwiebeln, Salz, Muskat. — Kohlblätter lösen, gründlich waschen, im siedenden Salzwasser weichkochen. In eine tiefe Schüssel wird eine Serviette gelegt, eine Lage der grösseren Kohlblätter rundherumgelegt, 1 Löffel des gut gewürzten Fleisches beigegeben, wieder Kohlblätter, dann Fleisch, bis alles aufgebraucht ist; die Kohlblätter wie bei einem Kohlkopf zusammengelegt und mit der Serviette festgebunden. Dieser wird in der schwach siedenden Kohlbrühe zugedeckt ca. 1 Stunde gekocht.



Das fertige Eintopfgericht wird zur Kostprobe den Besucherinnen verteilt: Die St. Gallersuppe schmeckt ausgezeichnet.

St. Gallersuppe. Zutaten: 80 g Erbsen oder Dörrbohnen, 30 g Gerste, Einweichwasser, Wasser zum Auffüllen auf 1½ Liter, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 kleines Rübli, ½ Lauch, 1 kleiner Sellerie und Blätter, 1—2 Kartoffeln, 30 g Speck oder Knochen oder eine Wurst, 5 Löffel Milch, Kräuter, feingeschnittener Lauch. — Einweichen von Erbsen und Gerste. Gemüse und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden. Weichkochen von Erbsen und Gerste, eventuell durchstreichen. Beifügen von Gemüse und Kartoffeln und gar kochen. Ueber Milch und Grünes anrichten.