

# Für die Küche

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers**

Band (Jahr): **20 (1949)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **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.

**TEXTON***Suppen-eifach prima!*

selbst unzugänglicher Patienten öffnet und allgemein eine Atmosphäre des Vertrauens schafft.

Am besten wird wohl das Wesen und die geistige Haltung dieses grossen Basler Arztes mit seinen eigenen Worten ausgedrückt, die er anlässlich seiner letztjährigen Rektoratsrede unter anderem sprach: «Es gilt heute mehr denn je, den Geist des Heiligen und Reinen, der Ehrfurcht und der Demut, des Gerechten, Gütigen und Schönen, vor allem den Geist der Liebe mit unendlicher Geduld in und um uns zu pflegen.»

### Für die Küche

#### Gesund leben mit neuzeitlicher Nuxo-Diät-nahrung

##### 1. Spinat mit Haselnusspuree.

200 g frischer, nicht grossblättriger Spinat, 1 Zitrone, 1 Joghurt, 1 Prise Rosmarin, 2 Löffel Haselnusspuree. Spinat mit scharfem Messer auf leicht angefeuchtem Brett fein hacken und mit Zitronensaft 10 Minuten beiseitestellen. Gut durch ein Tuch drücken und mit Haselnusspuree sämig anrühren. Würzen mit Rosmarin, mit Joghurt verlängern. Bitte nicht salzen, stört den Eigengeschmack.

##### 2. Rohkost-Suppe.

Rohe Rübli, Sellerie und Lauch fein hacken und mit fein gehackten Kräutern in die Schüssel geben. Biorex-Würfel zu Pflanzenbouillon auflösen und kochend angiesen. Nochmals zurückgeben, kurz aufkochen lassen und mit Dünkli aus Vollkornbrot servieren.

##### 3. Aepfel-Selleriesalat.

Aepfel und Sellerie in feine Streifen schneiden oder raffeln. Mit Zitrone befeuchten. Mit Mandel-Mayonnaise crèmeartig binden, mit wenig Rosnpaprika würzen und in Gläser, Salatblätter oder ausgehöhlte Aepfel einfüllen, mit Nusskernen bestreuen. Knäke- oder Aryana-Brot dazu servieren.

##### 4. Keimling-Müesli (als Kindernahrung, aber auch für ältere Leute).

100 g Keimlinge über Nacht einweichen. 100—150 g Mandelpuree, 2 Löffel Honig, 1 Zitrone, 200 g Aepfel,

1 Glas Süssmost. Aepfel dünn schälen und in Süssmost dämpfen, durch das Passe-vite streichen. Mandelpuree mit wenig Wasser, Zitronensaft und Honig dickflüssig anrühren, Keimling-Brei und Apfelmus zugeben. Mit Kokosraspel oder feingeriebenen Nüssen bestreuen.

##### 5. Belegte Brötchen.

a) *Rohe Pilzbrötchen.* 100 g frische Champignons, 100 g Quark, 2 Löffel Mandelpuree, Zitronensaft, Estragon, Knäkebrot oder Vollkornbrot. Pilze mit Zitronensaft fein hacken, so dass solche schön fein und doch schneeweiss bleiben. Quark mit Mandelpuree und Estragon mit dem restlichen Zitronensaft steif rühren, mit den Pilzen untermischen und auf die Brote aufstreichen.

b) *Grapefruit-Tomaten-Brot.* Scheiben Grapefruit, Scheiben Tomaten. 100 g Mandelpuree, 100 g Quark, Prise Basilikum, Vollkornbrot. Mandelpuree mit Quark sämig rühren mit etwas Grapefruitsaft und Basilikum würzen. Auf Knäkebrot aufstreichen und lagenweise mit Scheiben von Grapefruit und Tomaten belegen. Zuletzt noch mit dem Dressiersack Tupfen von der Streichmasse aufspritzen.

c) *Meerrettichbrot oder Selleriebrot.* Geriebener Meerrettich oder Sellerie, 1 roher Apfel, 2 Löffel Haselnusspuree, Zitrone. Den Apfel reiben unter Verwendung von Zitronensaft. Mit Haselnusspuree streichfähig verarbeiten und zuletzt den geriebenen Meerrettich oder Sellerie unterziehen. Auf Vollkornbrot aufstreichen und je nach Belieben mit einer Spirale ungesüsstem Schlagrahm ausgarnieren.

##### 6. Zwetschgen mit Mandelrahm.

Eingemachte Zwetschgen, 200 g Quark, 2 Löffel Honig oder Zucker, 100—150 g Mandelpuree, wenig Milch. Die Zwetschgen aus dem Glas abtropfen lassen und schön in Gläser schichten. Quark, Honig, Mandelpuree mit Milch zu dickflüssiger Crème anrühren, so dass solche deckfähig ist. Je nach Belieben mit Tupfen von Schlagrahm ausgarnieren.

##### 7. Ein Schlummertrunk für Kinder oder Leute, die nur schwer einschlafen können.

3 Löffel Weizenkeimlinge, 2 Löffel Mandelpuree, 1 Löffel Bienenhonig, 1 Glas Wasser. Die Weizenkeime in Wasser 2—3 Stunden einweichen, Mandelpuree mit Bienenhonig und dem abgeseihten Keimlingwasser glattrühren und servieren.

**TEXTON***Würze-ausgiebiger!*