Zeitschrift: Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 38 (1983)

Heft: 1

Buchbesprechung: Von neuen Büchern

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. Siehe Rechtliche Hinweise.

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. Voir Informations légales.

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. See Legal notice.

Download PDF: 05.05.2025

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

sehr großen Stickstoffbedarf haben, den aber ein Leguminosengemisch am besten mit natürlichem Luftstickstoff zu decken vermögen. Andererseits können aber Gründüngungseinsaaten von Kreuzblütlern, wie Senf, Raps usw. den Boden für nachfolgende Nachtschattengewächse, wie Kartoffeln und Tomaten, sehr günstig im Wachstum beeinflussen. Wir sollten daher schon bei der Zusammenstellung von Mischkulturen im Garten und im feldmäßigen Anbau in der Fruchtfolge der einzelnen Pflanzenfamilien besondere Beachtung schenken.
Das Wissen über die verschiedenen Pflanzenfamilien und die daraus gezogene Erkenntnis durch richtige Zusammenstellung der Mischkulturen und Fruchtfolgen kann nicht hoch genug eingeschätzt werden, da die Unkrautfrage, Ertragserfolg sowie Krankheits- und Schädlingsbefall eng damit verknüpft sind.

Martin Ganitzer

Von neuen Büchern

Meine Liebe zu den Küchenkräutern verdanke ich meiner Großmutter

Bei dem Stichwort «Küchenkräuter» steigt in meiner Erinnerung ein Bild herauf: ein kleines Mädelchen hält sich am langen weiten Rock der «Gramama» fest (verberndeutschtes Wort für das welsche «Grandmaman») und trippelt neben ihr am plätschernden Brunnen vorbei in den Küchengarten vor dem Haus. Und ich höre die Großmutter zu mir sagen: «Weisch es no? Wie heißt jitz das Chrütli da – u für was bruucht me das . . .?»
Tag für Tag wiederholt sich den Sommer hindurch dieser Gartengang, und so lerne ich langsam unterscheiden zwischen Schnittlauch und Peterli, «wo me für alls cha bruuche», zwischen Majoran und Thymian, «wo guet isch für i d'Härdöpfusuppen u für i d'Würscht oder ines Ragout . . .» Ein Name machte mir – ich weiß nicht warum – ganz besonderen Eindruck: Estragon . . ., vielleicht, weil Gramama sagte, das sei etwas ganz Apartigs, und das brauche man für die extra-feine Küche, etwa zu Fisch- oder Geflügel-Saucengerichten . . ., «u bi üs jitz hüt für zum Salat». Trotz des vornehmen Estragons gefiel mir aber im Salat ein anderes Kräutlein besser: vor allem zum Kopfsalat zupfte die Grossmutter öfters ein paar Spitzenblättlein Pfeffermünze oder Zitronenmelisse ab, die sie in feine Streiflein schnitt. Haben Sie das auch schon probiert?
Dann gab es da im Garten an einem Beetrand das süß duftende und ebenso schmeckende, zierliche «Chörbelichrut» (Kerbel), aus welchem Großmutter ihre wundersame Frühlingssuppe bereitete, die sie beim Anrichten mit einem mit Nidle verklopften Eigelb zu cremiger Sämigkeit verrührte.

Gab es bei «höherem» Besuch einen z'Vieri mit echtem Bohnenkaffee, so hieß mich nachher die Gramama den Kaffeesatz «mit e chli Härd» zu vermischen und rings um die Schnittlauchstöcke verteilen. Und wenn der «Grampapa» bei der Hausmetzgete seinen Wurstteig zubereitete, mußte ich in der Küche die drei Büchslein mit dem getrockneten, feingerebelten Majoran, Thymian und Rosmarin holen. Er hieß mich wiederholt daran riechen und mir merken, daß diese Chrütli zu jedem Fleischgericht gehören «un im erscht di rächt Chuscht gäbe». Ich kann heute noch «auswendig» den Duft seiner herrlichen Brat-, Blut- und Leberwürste riechen und den seiner unvergleichlichen «Chüngeli- oder Gitzivorässe», die zu Großmutters Festgerichten, speziell an Ostern, gehörten.
So prägte sich mir mit meinem Größerwerden der Duft und Geschmack all dieser Kräuter unvergeßlich ein, und als ich in meinem ersten Ehejahr den ersten Sommer im ersten eigenen Garten erlebte, durfte natürlich kein einziges von ihnen fehlen. Es kamen dann noch neu kennengelernte hinzu: das Maggikraut zum Beispiel, das sich jeden Sommer zu einer mehr als zwei Meter hohen, immer umfangreicheren Staude entwickelte, und später gesellte sich – von einer sizilianischen Freundin aus ihrer Heimat mitgebracht – das Königskraut Basilikum dazu, welches ich aber bald in Fenstersims-Töpfe umpflanzte, weil es im Garten bevorzugt von den Schnecken gefressen wurde, die – wie mir schien – aus allen Himmelsrichtungen bei uns anmarschierten, um sich gerade an diesem besonderen Kräutlein zu verlustieren. Mit diesem Kräutchen begann meine Liebe zu der italienischen und sizilianischen Küche, die ich rasch in meine von der Großmutter her französisch ausgerichtete integrierte. Heutzutage hat das Königskraut bei uns überall Fuß gefaßt und gehört für manches aus dem Süden eingewanderte Gericht als unentbehrliche Würze dazu.
Als ich anfing, über gesunde Ernährung zu schreiben, interessierte es mich auch besonders, zu erfahren, woher ursprünglich all unsere Küchenkräuter, Würzsamen und Gemüse kommen, und ich erfuhr dabei, daß gar manche unserer Nahrungs- und Würzpflanzen schon in frühester Zeit mit italienischen Saisonarbeitern über den Gotthard und die Innerschweiz in die übrigen Landesteile gebracht worden sind. Ein lustiges Beispiel dazu: Als ich von Bern nach Zürich «auswanderte», fand ich das hier für Zibele verwendete Wort «Böle» schlichtweg unmöglich, ich brachte es nicht fertig, es beim Einkaufen zu gebrauchen – bis ich hörte, daß auch sie ihre Einwanderung den südlichen Gastarbeitern verdankten: italienisch heißt die Zwiebel cipolla – und daraus machten dann die Deutschschweizer eben die «Böle». Noch eines: in Zürich nennt man den Spinat «Binätsch», was mir anfänglich auch nicht über die Lippen wollte, bis ich herausfand, daß das Wort ebenfalls vom italienischen «spinacci» abstammt. Und schließlich mußte ich mir eingestehen, daß auch unser bernisches «Spinet» nicht anderswoher als über das zürcherische «Binätsch» kommen kann.
Besonders wichtig war mir auch, zu wissen, was für gesundheitliche Wirkungen die einzelnen Würzkräuter aufweisen, und je mehr ich darüber lernte, um so besser verstand ich, warum zu unseren einzelnen Gerichten gerade dies und jenes Würzkraut am besten paßt – hier sind also nicht nur rein geschmackliche Ansichten maßgebend: Viele Würzkräuter oder -samen

machen das damit zubereitete Gericht ganz wesentlich leichter verdaulich. Vielleicht habe ich später einmal Gelegenheit, darüber ausführlicher zu berichten.
Als ich in den sechziger Jahren daranging, einzelne kleine Rezeptbüchlein herauszugeben, da kam natürlich auch der Gedanke an ein Kräuterbuch «aufs Tapet». Bei einer Diskussion im Freundeskreis sagte dabei einer unserer redaktionellen Mitarbeiter: «Oh da wüßte ich jemanden, den Ihr für so ein Kräuterbuch mit heranziehen müßtet: der Basler Architekt Arnold Gfeller ist so ein besonderer ‚Kräuter-Narr', der hat in seinem riesigen Garten im Tessin einen richtiggehenden Kräutergarten aufgebaut, wo jede Pflanzenart ihr kleines botanisches Extrabeet hat... er ist auch Kunstmaler, und er könnte Euch doch all die Kräutlein für ein Kräuterbuch zeichnen...!» Wir ließen uns dies nicht zweimal sagen, und so ist dann mein späteres Büchlein «*Kräuter für die Küche*» entstanden. Liebevoll und superexakt hat Arnold Gfeller jedes einzelne gezeichnet, Rudolf Stickelberger, sein Freund, schrieb zu jedem eine kleine teils historische, teils humoristische Einleitung – und ich steuerte dazu meine Sammlung von internationalen und einheimischen Rezepten für jedes einzelne Würzkraut sowie meine Erfahrungen mit ihrem Anbau im Garten bei.
Das Büchlein kann im Buchhandel oder bei mir, Frau Nelly Hartmann-Imhof, Schiedhaldenstraße 33, 8700 Küsnacht, bezogen werden.
Preis: Fr. 9.80 plus Porto.

Liebe Freunde und Leser der «Vierteljahrsschrift für Kultur und Politik»

Viele von Euch haben in ihrem Bekanntenkreis Menschen mit einem aufgeschlossenen Interesse für die Fragen naturgemäßer Ernährung oder des biologischen Landbaues. Schickt uns deren Adresse oder noch besser, sprecht mit ihnen über unsere «Vierteljahrsschrift». Von Herzen Dank für dieses gute Helfen!

Zur Begleichung des Betrages für die Nummern des 38. Jahrganges von Fr. 18.— benutzt Ihr recht zahlreich und bald den beigelegten Einzahlungsschein.

Ihr erspart uns viel unnötige Mühe und Euch Kosten. Herzlich Dank auch für diese verstehende Hilfe! **Dr. Hans Müller**

Aus technischen Gründen erhalten alle Leser, auch diejenigen, die den Abonnementsbetrag für 1983 bereits bezahlt haben, einen Einzahlungsschein.
Die Abonnenten im Ausland bezahlen den gleichen Betrag mit internationalem Einzahlungsschein auf Postcheck 30 - 18316 Großhöchstetten-Bern.