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

Herausgeber: Bioforum Schweiz

Band: 24 (1969)

Heft: 3

Artikel: Neuzeitliche Ernährung der Bauernfamilien : aus dem Schaffen Frau Dr. Müllers

Autor: Dähler, Margrit

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-890143

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

Neuzeitliche Ernährung der Bauernfamilien – aus dem Schaffen Frau Dr. Müllers

Versteckt hinter der mächtigen Blutbuche, nahe dem Bahnhof Großhöchstetten, steht das kleine Doktorhaus. Allen, von nah und fern, obwohl so bescheiden, gut bekannt.

Im stillen Kämmerlein, umgeben von Büchern und Zeitschriften, arbeitet eine Frau schon jahrelang nur für uns. Ohne viel Aufsehen, wie selbstverständlich, studiert und schreibt unsere Frau Doktor, wenn nicht am Tag, halt in der Nacht. Was arbeitet diese Frau? Wir wollen einmal hineinblicken in dieses Kämmerlein.

Vor vierzig Jahren schon, als junge Hausfrau, ist Frau Doktor durch Zufall auf ein Ernährungsbüchlein von Dr. Hindhede, einem dänischen Arzt, gestoßen. Sofort wurde das studiert. Zugleich erkannte sie die Not der Bauernfamilien. Müde, abgearbeitete Gestalten voll Arthritis. Große Arzt- und Zahnarztrechnungen, Spuren der Feinkost, weißes Mehl, viel Zucker, viel Fett und viel Fleisch. So konnte das nicht weitergehen.

Frau Doktor verschaffte sich neue Literatur. Sie hat gesucht und auch vieles gefunden von Ärzten und Professoren, die sich über Ernährung Gedanken gemacht haben. In all den Jahren, über vierzig sind es schon, hat sich verschiedenes angesammelt. Alle möglichen und unmöglichen Ideen und Richtungen, für uns ein richtiges Durcheinander. Vieles ist praktisch undurchführbar, weil es von einem Extrem ins andere geht. Frau Doktor hat nun verglichen, erwogen und zuletzt auf die Fundamente von Dr. Hindhede aufgebaut und erweitert.

In der Küche des Doktorhauses wurde gearbeitet, ausprobiert, für die Bauernküche mögliche Rezepte zusammengestellt. Vollwertig, aber nicht zu teuer mußte es sein. Der Gedanke einer neuzeitlichen Ernährung wurde Wirklichkeit.

Die Hausmutterschule auf dem Möschberg, deren Leiterin Frau Doktor von Anfang an war, wurde umgestellt. Salate, Kartoffeln und Schwarzbrot standen auf dem Menüplan. Vorträge von Frau Doktor sorgten dafür, daß die Idee ins ganze Land hinaus ging. Etliches fiel auf guten Boden. Wir Bauern sind ja an der Quelle all dessen, was gesund ist. Gemüse nicht immer kochen, guter

Salat kann zubereitet werden. Die Kartoffeln mit ihrem hochwertigen Eiweiß, nicht nur für Hühner und Schweine. Das Gesündeste vom Korn für unsere Nerven nicht nur den Küken füttern. Auf das alles hat uns Frau Doktor aufmerksam gemacht. Zudem hat sie für uns das Büchlein «Was die Bauernfamilie von der neuzeitlichen Ernährung wissen muß» geschrieben, so klar, daß man gar nicht anders kann, als umzustellen. Grundlegende Voraussetzung einer neuzeitlichen Ernährung sind aber biologisch gezogene, gesunde Gemüse und Früchte, die kunstdünger- und giftfrei gewachsen sind. Deshalb wurde der organisch-biologische Land- und Gartenbau entwickelt. Wiederum war es Frau Doktor, die sich mit Hingabe und aller Kraft dem biologischen Gartenbau widmete. So wurde wieder nachts studiert und tags praktisch ausprobiert; vorerst im eigenen Garten, später im Möschberggarten. Der durchschlagende Erfolg war der, daß der Garten der Hausmutterschule Möschberg seit Jahren ein Vorbild, ein biologisch bebauter Mustergarten ist.

Die theoretischen wie praktischen Anleitungen zum biologischen Gartenbau hat Frau Doktor in dem von ihr geschriebenen Gartenbaubüchlein veröffentlicht. Durch all das wissen wir nun, daß Salat Kraft gibt und nicht als lästiges Grünfutter bezeichnet werden darf. Frau Doktor hat sich voll und ganz für uns eingesetzt. Sie hat die Steine aus dem Weg geräumt. Wir können mühelos auf diesem Wege weitergehen, immer und immer wieder auf dem Möschberg neuen Ansporn bekommen.

Die neuzeitliche Ernährung ist nun in vielen Bauernfamilien fest verwachsen. Frau Doktor sieht doch etwas Samen aufgehen und wachsen. Ihre Bauersleute blicken frischer und munterer drein und sind leistungsfähiger geworden. Auch die Kinder dürfen gesund und lebensfreudig aufwachsen. — Der Gedanke der gesunden Ernährung ist auch in andern Kreisen schon gut bekannt. Auch die Nachfrage nach biologisch gezogenen Gemüsen und Früchten nimmt zu. Immer weiter und weiter sickert die Idee durch. Wir wollen glücklich und dankbar sein, daß jemand für uns gesorgt und studiert hat. Sicher darf ich im Namen aller Bauernfamilien unseres Lebenskreises Frau Doktor von Herzen danken für die große Pionierarbeit.

Margrit Dähler