

# Zeitschriften-Schau

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen**

Band (Jahr): **16 (1943)**

Heft 10

PDF erstellt am: **29.06.2024**

## **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.

## Zeitschriften-Schau

Im „Pionier“ (Nr. 10 vom Oktober 1943) legt ein Einheitskommandant dar, welche vorzügliche Wirkung auf den kameradschaftlichen Geist seiner Truppe die Errichtung einer Soldatenstube hatte. Damit sei es ihm gelungen, die Kompanie als grosse Familie nach dem Hauptverlesen zusammenzuhalten. Moral und Leistungsfähigkeit der Truppe sei dadurch wesentlich gehoben worden. — Es liegt auch an uns Quartiermeistern und Fourieren, in Verbindung mit dem „Verband Schweizer Volksdienst“ und der „Schweizerischen Nationalspende“, da, wo es notwendig ist, die Initiative zur Schaffung solcher Soldatenstuben zu ergreifen.

Anfangs dieses Monats erschien in der **Tagespresse** (vergleiche z. B. Neue Zürcher Zeitung, Blatt 7 vom 1. Oktober 1943) ein längerer Artikel der „Eidg. Kommission für Kriegsernährung“ über „Die Vitamine in unserer Nahrung“. Es wird auf die erfreuliche Tatsache verwiesen, dass durch die Umstellung unserer Ernährung seit Kriegsbeginn (mehr Gemüse, schwarzes Brot, weniger Weissmehl) im allgemeinen an Stelle von vitaminarmen Lebensmitteln vitaminreiche getreten sind. Die Vitaminversorgung ist dadurch besser geworden. Das gilt aber nur solange, als die Milchversorgung nicht wesentlich unter den Stand des letzten Winters sinkt, weil die Milch für einzelne Vitamine eine der wichtigsten Quellen ist. Dabei wird darauf hingewiesen, dass die Zubereitung der Speisen vitaminschonend oder vitaminzerstörend geschehen kann. Auch wir müssen uns immer wieder die wichtigsten Regeln für die vitaminschonende Zubereitung von Blatt- und Wurzelgemüsen, Kartoffeln und Obst merken:

Zurüstung erst unmittelbar vor dem Kochen, Verwendung rostfreier Rüstmesser, gründliche Reinigung von Gemüse vor dem Zerschneiden, aber Vermeidung von längerem Wässern der zerschnittenen Ware, Einhaltung kurzer Kochzeit, Verkürzung der Dauer des Warmhaltens. Dabei wird aber auch darauf hingewiesen, dass man nicht übertreiben solle: Kurzes Kochen und Erhitzen schadet den Vitaminen kaum, nicht jede gekochte Speise ist vitaminlos und somit „totgekocht“.

**Demokratie beruht auf dem Glauben an das Wunder der Erziehung des Menschen. Sie erfordert die tätige Mitwirkung aller Bürger. Ihr grösster Feind ist Gleichgültigkeit, das Sichzurückziehen des Bürgers in die Sphäre des Privaten.**

Gottfried Keller.