

Rezepte

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): **24 (1953)**

Heft 11

PDF erstellt am: **26.06.2024**

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.

Rezepte

Saucenersatz

Leber- und Gallenranke dürfen kein Fett und besonders auch keine braune Butter oder braun gedünstetes Buttermehl bekommen. Man rühre fettlose Gemüsebrühe mit 3 bis 5 g PAIDOL (bei einer Portion) an, lässt unter Rühren 3 bis 4 Minuten kochen und würzt mit feinst gehackten Kräutern (Peterli und Dill). Man kann alsdann eine reife, frische Tomate durch ein Sieb zu der fertigen Sauce pressen (oder etwas Tomatenmark).

Gedünstete Erbsli und Karotten in PAIDOL-Sauce

Zutaten: 1 Handvoll Erbsli, 250 g Karotten, 1 Esslöffel PAIDOL, ein Viertel mit Wasser vermischte Milch, ein wenig Salz, etwas Zucker, 2 Esslöffel Oel, (Nuxoliva), 1 Esslöffel gehackte Petersilie.

Die zugerüsteten Karotten und die ausgeschälten Erbsen mit Oel und 1 bis 2 Esslöffeln Wasser zusetzen und gut verschlossen weichdünsten lassen. PAIDOL mit kaltem Wasser und Milch anrühren, unter Rühren aufkochen lassen, das weichgedämpfte Gemüse dazugeben und abschmecken mit einer Prise Salz und Zucker. Mit gehackter Petersilie überstreuen.

Gemüse-Salate mit Paidol Mayonnaise

(Leicht verdaulich und sehr bekömmlich)

1 Esslöffel PAIDOL mit $\frac{1}{2}$ Tasse kalter Milch anrühren und zu einem dicken Brei aufkochen. Mit dicker Sauer Milch (Quark) zu einer crèmeartigen Masse verschlagen unter Beigabe von Zitronensaft, Oel, ein wenig Diätsalz und nach Belieben mit einem gut verschlagenen Eidotter. Die Mayonnaise mischt man mit feingeriebenen Gemüsen: Rote Rüben (Karotten), Rändern auf der Bircher-Raffel reiben, ein wenig rohen Meerrettich, einige Fenchelkörner und frischgehackten Dill oder Dillsamen beimischen, oder zur Abwechslung: 2 Teile feingeriebene Sellerie und 1 Teil mit der Schale feingeriebene Aepfel, und serviert in kleinen Gläschchen. Oder man gibt die Mayonnaise über Gemüse-Salat und verziert mit Radieschen, Tomatenscheiben usw.

Kümmelknusperchen

Zutaten: 150 g Vollkornmehl, 150 g PAIDOL, 1 Päckchen Dawa-Backpulver, ein wenig Salz, 2 Kaffeelöffel Kümmel, 3—4 Esslöffel Oel (Nuxoliva).

Da Kümmel gährungshemmend wirkt und die Speisen leichter verdaulich macht, wird er in der Diätbäckerei gerne verwendet.

Vollkornmehl, PAIDOL, Backpulver und Salz durchsieben. 3—4 Esslöffel Oel dazugeben, Kümmel und soviel kaltes Wasser, dass man einen festen Teig kneten kann. $\frac{1}{2}$ cm dick auswallen und in 8 cm lange Streifen schneiden. Mit ein wenig Oel oder zerlassenen Fett bestreichen und bei guter Mittelhitze backen. In verschlossener Büchse aufbewahren.

Die Knusperchen dürfen auch von Kranken gegessen werden ohne Schaden. Jeder Magenranke wird sich überzeugen, dass ihm Gebäcke, aus Vollkornmehl hergestellt und mit PAIDOL aufgelockert, besser bekommen als Weissmehlgebäck.

Reisbrei

Zutaten: 1 mittelgrosse Tasse Reis, 1 gehäufter Esslöffel PAIDOL, 20 g Butter oder Nussa, $\frac{3}{4}$ Liter Milch.

Um Reis für Kranke bekömmlich zuzubereiten, schüttet man die gewaschenen Reiskörner in stark kochendes, leicht gesalzenes Wasser. Reichliche Wasserzugabe. Etwa 12 Minuten stark kochen lassen. Die Körner sollen weich sein, aber nicht platzen, wenn man sie vom Feuer nimmt. Den Reis auf ein Sieb schütten und mit Wasser übergiessen. Das Reiswasser kann für Suppen Verwendung finden.

Der auf diese Art gekochte Reis bildet die Grundlage für verschiedene Reisspeisen. Zu einem bekömmlichen Reisbrei verrührt man das mit kaltem Wasser angerührte PAIDOL mit Milch und Butter oder Nussa, gibt den gekochten Reis dazu, rührt gut durch und lässt auf kleinem Feuer langsam durchköcheln. Als passende Zutat reicht man im eigenen Saft gedämpfte Heidelbeeren oder Kirschen, nach Belieben mit ein wenig Bienenhonig oder Rübensirup gesüsst.

Der moderne Komposthaufen

Irgendwo in einer verwünschten Ecke des Gartens befand sich eine geräumige Zementgrube, die zu meist mit schweren Eichenbohlen luftdicht zugedeckt wurde. Haselnuss- und Hollunderbüsche hatten den hässlichen Winkel zu maskieren. In den unergründlichen Tiefen verschwanden jeweils die mannigfaltigen Abfälle aus Haus und Hof. Statt Verrottung trat Fäulnis ein, was Verluste an Humus bedeutet. Das ist nun zum grossen Teil anders geworden. Man hat erkannt, dass die zahllosen Abfälle wieder nutzbringend verwertet werden können, ohne den Boden mit tierischen und pilzlichen Schmarotzern zu beleben. Dabei geht die Sache viel reinlicher, um nicht zu sagen appetitlicher vor sich. All die vielen Abfälle, Glasscherben und Blechdosen ausgenommen, werden gehörig durcheinander gemischt und fein säuberlich in gleichmässigen Lagen aufgestockt. Jede Schicht von etwa 15 cm Höhe erhält pro Quadratmeter einen Zuschuss von 500 Gramm Composto Lonza. Dank dieser Zugabe entsteht in unserem Abfallhaufen in kurzer Zeit eine intensive Gärung, die selbst zähere Rohstoffe allmählich zermürbt. Gewöhnlich schon nach einmaligem Umarbeiten des Kompostes erzielt man in knapp einem halben Jahre ein prachtvolles Erdmaterial, das zur Verjüngung des Gartenbodens unschätzbare Dienste leistet. Solcher Schnellkompost sollte nur leicht eingegraben werden, also nicht «verlochen».

Zur Diskussion über Tb-Desinfektion

Als Ergänzung des unter Mitteilungen in Nr. 9 der VESKA von der Tb-Liga St. Gallen publizierten Berichtes über Desinfektionen der Ausscheidungen Tuberkulöser, in welchem auf das Fachurteil des Herrn P. D. Dr. E. Wiesmann, Vorstand des Bakterio-