

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 95 (1969)  
**Heft:** 42

## Werbung

### 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:** 18.03.2025

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

Beatrice Mühlemann:

# Warum haben so viele Frauen mehr Zeit? Warum sind ihre Kinder gesünder?

Es gibt Hunderttausende von Frauen, die wirklich mehr Zeit haben als andere, ganz einfach, weil sie in der Küche viel schneller fertig sind. Sie müssen nicht schon um 10 Uhr ans Mittagessen und nachmittags 4 Uhr ans Abendessen denken. Sie gehen eine halbe Stunde vor dem Essen in die Küche, und pünktlich kann die Familie zu Tische sitzen. Warum? Hier ist das ganze Geheimnis:

**Der Dampfkochtopf benötigt nur ein Fünftel der normalen Kochzeit.** Das ist wohl der wichtigste Grund, warum so viele Hausfrauen einen DUROmatic besitzen, und es ist ganz bestimmt der Hauptgrund, warum in vielen Haushaltungen zwei DUROmatic in Gebrauch sind.

Aber es gibt noch andere Gründe, die vom Standpunkt der Gesundheit aus fast noch wichtiger sind:

**Was im Dampfkochtopf gekocht wird, hat nach dem Kochen noch ungefähr gleich viel Vitamine wie vor dem Kochen.**

Beim gewöhnlichen Kochen dagegen werden nachweislich 80 bis 100% Vitamine zerstört. Auf die Gesundheit Ihrer Kinder, überhaupt Ihrer ganzen Familie hat das einen gewaltigen Einfluss. Natürliche Vitamine in der Nahrung sind besser als künstliche in Tablettenform.

Doch auch das ist immer noch nicht das allein Ausschlaggebende:

**Durch das sehr rasche Kochen unter Luftabschluss bleiben nicht nur Vitamine und andere Nährstoffe, sondern auch die Aromastoffe voll erhalten.**

Darum sagen ja viele Leute immer: «Es schmeckt einfach ganz anders, wenn man's im Dampfkochtopf kocht.» Jawohl, es schmeckt anders, würziger, voller, aromatischer. Weil eben die herrlichen Aromastoffe nicht mehr mit dem Kochwasser durch den Spültrog wegfließen.

Die Speisen werden eben nicht im Wasser (aus-)gekocht, sondern vom heißen Dampf durchdrungen und gargekocht.

Doch genug der Theorie. Kochen wir uns schnell einen

**Blumenkohl gedämpft.**

Wie? Sie haben gehört, dass Blumenkohl im Dampfkochtopf seine weisse Farbe verliere? Das stimmt ganz und gar nicht. Sie müssen nur das Ventil erst einschrauben, wenn aller Sauerstoff aus dem Dampfkochtopf gewichen ist, wenn also Dampf aus der Ventilöffnung aus-

tritt. Dann bleibt der Blumenkohl herrlich weiss. Doch nun das Rezept (aus dem Kochbuch «Mein DUROmatic»):

*1 Blumenkohl waschen, in die einzelnen Röschen teilen*

*50 g Speckwürfel glasig braten*

*1 kleine Zwiebel, gehackt miltämpfen, Blumenkohl begeben*

*4 Esslöffel Wasser etwas Streuwürze zufügen, zum Kochen bringen*

*Kochzeit: 2-4 Minuten*

Was beim Kauf eines Dampfkochtopfs meistens den Ausschlag gibt und die Frage zugunsten des DUROmatic entscheidet, ist

**die schöne Form.**

Sie ist schon oft vom Schweizerischen Werkbund ausgezeichnet worden, und das hat sie unbestritten verdient. Ob Sie ein Modell aus Leichtmetall mit roteloxiertem Deckel wählen oder eines aus rostfreiem Stahl mit silberglänzendem Deckel, immer wird Ihr DUROmatic eine Zierde für Ihre Küche sein und Sie zugleich als gute, sorgfältige und verantwortungsbewusste Hausfrau ausweisen.

Dank der hygienischen Gummiring-Dichtung ist der DUROmatic auch wirklich zuverlässig dicht.

Hier ist noch ein weiteres Rezept aus dem Kochbuch «Mein DUROmatic». Diesmal kochen wir

**Kalbshaxen,** die im DUROmatic nur eine Kochzeit von 5 bis 6 Minuten benötigen:

*4 Kalbshaxen*

*Streuwürze*

*Kochbutter*

*Die Haxen würzen, in der Bratpfanne erhitzen und das Fleisch darin kräftig anbraten*

*½ Sellerieknolle*

*1 Karotte*

*1-2 Tomaten*

*50 g Pilze*

*½ Zwiebel*

*in kleine Würfel schneiden, feinhacken, zusammen mit dem Fleisch und den Gemüsen in den*

*DUROmatic einfüllen*

*1 Beutel Bratensauce*

*2 dl Wasser*

*glattrühren, begeben, zum Kochen bringen*

*2-3 Esslöffel Rahm*

*nach Belieben der Sauce zufügen*

**Von der Sicherheit wollten wir noch sprechen.**

Der DUROmatic hat ein Ventil, das in ganz Europa patentiert ist. Dieses Ventil lässt sofort den überflüssigen Dampf ab, wenn ein zu hoher Druck im Topf entsteht.

Was aber, wenn dieses Ventil zum Beispiel durch überschäumendes Kochgut verstopft wird? Das sollte bei richtiger Bedienung gar nicht vorkommen, aber es glauben eben nicht alle Leute an das, was in der Gebrauchsanweisung steht. Was also passiert dann? – Nichts Gefährliches.

Dafür ist nun eben jener längliche Schlitz im Deckelrand, der vielen Leuten so rätselhaft vorkommt. Hier wird durch Überdruck der Gummiring herausgedrückt, und dabei entweicht der überschüssige Dampf sogleich und völlig gefahrlos.

Dann gibt es da noch eine Sicherung für den Fall, dass jemand – ebenfalls entgegen der strikten Gebrauchsanleitung – den Deckel mit Gewalt vom Topf abnehmen will, während dieser noch unter Dampfdruck steht. (Das braucht zwar eine Riesenkraft, aber es gibt Leute, die darüber verfügen.)

Bei dieser kraftstrotzenden Manipulation tritt eine weitere Sicherung in Aktion, die wiederum den Überdruck entweichen lässt, bevor der Deckel auch nur um einen Zentimeter verschoben worden ist.

(Alle Sicherungen EMPA-geprüft.)

So sicher und so vielfach abgesichert ist also der DUROmatic. Man kann ihn tatsächlich bedenkenlos einem Kind anvertrauen. Nehmen wir an, dieses Kind möchte uns zum Dessert eine feine Süßspeise zubereiten. Hier das Rezept dazu (aus dem Kochbuch «Mein DUROmatic»):

**Quittenschnitzli**

*1 kg Quitten schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen, in schmale Schnitzte teilen*

*1 Zitrone, Saft*

*2 dl Wasser*

*4 Esslöffel Zucker*

*begeben, alles zum Kochen bringen*

*Kochzeit: 6-8 Minuten*

**Das Rezeptbuch «Mein DUROmatic» bekommen Sie jetzt gratis dazu.** (87 Dampfkochtopf-Rezepte)

Verlangen Sie bei Heinrich Kuhn AG, 8486 Rikon, die **Gratis-Broschüre «Wenn kochen, dann dampfkochen»**. Sie enthält die Expertise der Universität Basel über die Erhaltung der Vitamine im Dampfkochtopf.

Sie alle haben einen

Auch sie hat einen

Und wenn i de gross bi, möcht i au eine!

Was? Natürlich einen

**DUROmatic**

**KUHN  
RIKON**

# Röschli

## CARINO

– der erste  
nikotinarmer Cigarillo

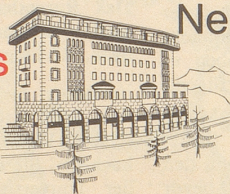
10 Stück Fr. 1.- 20 Stück Fr. 2.-

50 Stück Fr. 5.-



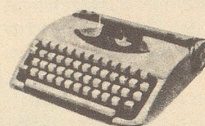
### Terrassen-Appartements

Neuerstellt. Behaglich und ruhig wohnen Sie mitten im Zentrum. Blick auf See und Berge.



### Neues Posthotel St. Moritz

Spezialitäten-Restaurant  
Grosser Parkplatz  
M. Spiess  
Telefon 082 336 61



**Nur Fr. 15.-**

pro Monat für eine neue Maschine. Volle Mietanrechnung bei späterem Kauf.

Prospekte verlangen!

**August Ramel AG.**  
4800 Zofingen N  
Telefon (062) 853 86

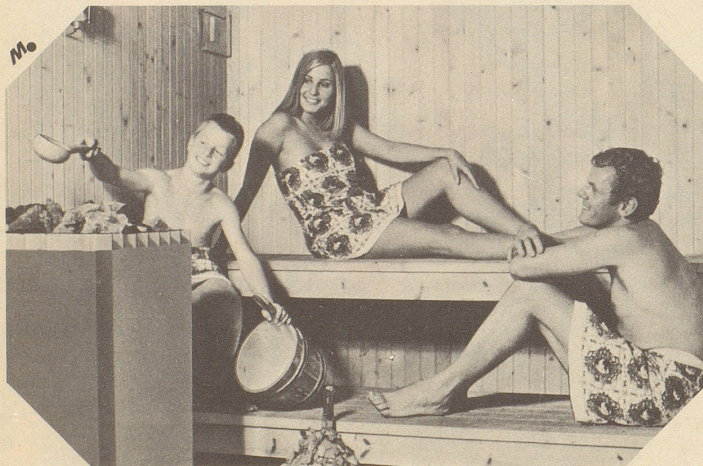
gegen Schmerzen

## Siniphen

Gegen Schmerzen  
Contre les douleurs



Erhältlich in Apotheken und Drogerien  
Fabr. Pharma-Singer, Niederurnen



## Die Saara-Sauna aus Finnland

Die Finnen haben die Sauna erfunden, und die besten Saunas kommen nach wie vor aus Finnland. So auch die Saara-Sauna.

Die finnische Saara-Sauna schenkt Gesundheit, Wohlbehagen. Weder Anschaffung noch Unterhalt sind teuer. Und Platz dafür hat's überall – im Keller, im Estrich, Abstellraum, Garage... wo immer ca. 2 auf 2 m Fläche unbenützt sind. Lassen Sie sich heute die Saara-Unterlagen zustellen. Unverbindlich und gratis.

### SAARA-SAUNA

Einschicken an: Arizona Pool Co.,  
Abt. Saara-Sauna, 4222 Zwingen  
BON für Sauna-Unterlagen

A N2

Vorn., Name: \_\_\_\_\_

Str., Nr.: \_\_\_\_\_

Plz, Ort: \_\_\_\_\_

Inserieren = Erfolg



Im Thermalschwimmbad

**Baden BADEN**  
in

im Limmathof

Telefon 056 / 2 60 64

## LEUKERBAD

Wenn Leukerquell den Körper stählt,  
Die Zahl der Jahre doppelt zählt  
Benutze die Gelegenheit  
Dann lebst Du eine Ewigkeit

6 Hotels mit 390 Betten  
Auskunft erteilt:  
**Hotel- und Bäder-  
gesellschaft**  
A. Willi-Jobin, Dir.  
Tel. 027 644 44

Thermalbäder im Hause

## SBB BUFFET

**ST. GALLEN**  
H. KAISER-SCHULLER