

**Zeitschrift:** Wohnen  
**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger  
**Band:** 21 (1946)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Maisgerichte  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-101782>

### **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:** 15.03.2025

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

# TECHNISCHES IM HAUSHALT

## Die Behandlung des Bügeleisens

Es muß wiederholt werden: Ein Bügeleisen ist nie ins Wasser zu tauchen! So einfach dies klingt — und so unwahrscheinlich es sich anhört: Es kommt hie und da wieder vor. Bei Nichtbenutzung soll das Eisen in einem trockenen Raume aufbewahrt werden, da sonst die Eisenteile Rost ansetzen können. Nach dem Bügeln ist es zweckmäßig, die Sohle leicht mit Plättwachs einzureiben, um ihr damit grundsätzlich einen Feuchtigkeitsschutz zu geben.

Gegen Überhitzung ist das Eisen wenig empfindlich, es wird keinen Schaden nehmen, auch wenn es in den Bügel-pausen eingeschaltet stehen bleibt, es soll aber immer auf dem Aufsteller oder auf einer feuerfesten Unterlage ruhen. Bei längeren Pausen wird das Eisen für die Wäsche zu heiß, so daß es zuerst wieder abgekühlt werden muß, bevor man wieder hinter das Plätten geht. (Also Stromvergeudung!)

# RATSCHLÄGE FÜR DIE KÜCHE

## Maisgerichte

Mais läßt sich in sehr vielfältiger Weise zubereiten. Im folgenden seien nur einige wenige Rezepte angeführt, die sich beliebig abändern und vermehren lassen. Die gleichen Rezepte können auch für Hirsespeisen verwendet werden.

Zurzeit befindet sich im Handel teilweise ein heller Mais. Es handelt sich um eine gute Qualität. Er läßt sich genau gleich kochen, wie der bei uns sonst übliche gelbe Mais. Dank seiner hellen Farbe bildet er einen guten Ersatz für Weizen-grieß.

In einigen Landesgegenden sind Maisgerichte vor dem Krieg nicht gebräuchlich gewesen, in andern werden sie fast täglich serviert. Wer Maisspeisen bisher nicht kannte und liebte, wird diese vorerst nur selten auf den Tisch bringen und gut würzen, damit der typische Geschmack weniger intensi-v hervortritt. Die meisten werden sich sicher sehr rasch mit dem Mais befreunden.

### ALLGEMEINES ZUR ZUBEREITUNG

Mais muß für sämtliche Gerichte mit genügend Flüssigkeit weichgekocht werden, sei es mit Fleisch-, Knochen- oder Gemüsebrühe, mit Wasser oder Milch, oder halb Milch, halb Wasser. Wer Brennstoffe sparen will, kann den Mais vor Gebrauch einige Stunden einweichen und mit dem Einweichwasser kochen. Je nach dem Gericht wird mehr oder weniger Flüssigkeit benötigt.

Die Flüssigkeitsmenge beträgt:

für Suppen	das 10- bis 15fache	der Maismenge	
» Breie	» 5fache	»	»
» Plätzli	» 3fache	»	»
» Schnitten	» 3fache	»	»
» Gnocchi	» 3fache	»	»
» Aufläufe	» 4fache	»	»

### REZEPTE

*Grundrezept. 1. Art.* Flüssigkeit zum Kochen bringen, würzen und den Mais im Faden, unter ständigem Rühren trocken einlaufen lassen. Auf schwachem Feuer kochen, so daß der Brei nicht spritzt. Kochzeit mindestens 20 bis 30 Minuten.

*2. Art.* Fett in der Pfanne erhitzen, nach Wunsch fein geschnittene Zwiebeln oder eventuell Pilze zugeben, gut dämpfen oder leicht anrösten, Mais begeben, im Fett wenden, bis er gut riecht. Dann unter Rühren mit heißer Flüssigkeit ablöschen, würzen und auf schwachem Feuer weichkochen.

### Suppen

Mais, insbesondere auch der weiße Mais, kann an Stelle von Grieß in Fleischbrühsuppen verwendet werden. Er eignet sich ferner sehr gut in Tomatensuppen, sämtlichen Gemüse- und Kartoffelsuppen.

Der Mais kann trocken geröstet oder in etwas Fett (eventuell mit dem Gemüse) gedämpft oder als trockener Einlauf beigegeben werden.

### Maisbreie

*Zutaten:* 200 g Mais (1 Tasse); 12 dl (5 Tassen) Flüssigkeit (halb Milch, halb Wasser), etwas Fett. Grünes.

*1. Art.* Der Mais wird wie in den Grundrezepten angegeben zubereitet und an Stelle von Kartoffeln serviert.

*2. Art.* Den Brei lagenweise mit Käse in eine vorgewärmte Platte anrichten, mit gerösteten Zwiebeln und frischen, fein geschnittenen Kräutern bestreuen.

*3. Art.* Den Brei lagenweise mit Käse oder weichgedämpftem Gemüse oder rohen Tomatenscheiben, eventuell mit Speckscheiben in eine eingefettete Auflaufform schichten, mit einigen Fettflöckchen bestreuen und überkrusten lassen.

*4. Art.* Den Brei süßen, Zitronenrinde, Weinbeeren, Haselnüsse, frische, sterilisierte oder gedörrte eingeweichte Früchte darunter mengen oder lagenweise mit dem Mais anrichten. Eventuell in einer Auflaufform überbacken und mit Kompott oder Sirup servieren.

### Maisschnitten

*Zutaten:* 200 g Mais (1 Tasse), 7 bis 8 dl (3 Tassen) Flüssigkeit, Salz, Mehl, eventuell etwas Trockeneipulver, Fett.

Nach Grundrezept einen Maisbrei zubereiten, diesen heiß auf eine kalt abgspülte Porzellanplatte gießen und auf ein bis zwei Zentimeter Dicke ausbreiten, erstarren und

auskühlen lassen. Dann in regelmäßige Rechtecke schneiden, im eingeweichten Trockenei und darauf im Mehl wenden und in der Omelettenpfanne im Fett beidseitig goldig backen. Die Schnitten können auch nur im Mehl gewendet und gebacken werden. Durch das Trockenei werden sie jedoch schmackhafter und vollwertiger.

## LITERATUR

### Englische Literatur zur Wohnungsbaufrage

Die Engländer haben es in sich. Schon während des Krieges hat der Arbeitsminister eine ganze Reihe höchst kompendiöser Broschüren über die verschiedensten Fragen des Wohnungsbaues unter dem Titel «Nachkriegs-Wohnbau-Studien» herausgegeben. So beschäftigen sich zwei der Broschüren (81 und 98 Seiten) mit den allgemeinen Fragen des Hausbaues und technischen Einzelheiten. Dabei schenken diese Arbeiten ihre volle Aufmerksamkeit auch der Land- und Stadtplanung, der Grundrißgestaltung, der Frage des Mehr- oder Einfamilienhauses und beschäftigen sich mit allen technischen Details. Einzelbroschüren in größerer Zahl (ein Dutzend solcher Broschüren in kleinerem und größerem Umfang sind bereits erschienen) erörtern jedes Detail technischer Art, so unter anderem Stahlkonstruktionen, sanitäre Installationen, Heizungseinrichtungen, elektrische Installationen, Beleuchtungsfragen (159 Seiten), Buntmetalle, Geräuschisolationen und andere mehr, während wieder Sonderausgaben sich der Frage der Landarbeitersiedlung oder des Geschäftshauses zuwenden.

Zum erstaunlichsten gehört der billige Preis dieser Broschüren, die alle von Fachleuten bearbeitet sind. 2½ Schilling sind die Höchstgrenze, die selten erreicht wird. Zu beziehen sind diese Broschüren bei His Majesty's Stationery Office, London W C 2.

Erwin Gradmann:

### Baustil-Kunde

96 Seiten, 100 Abbildungen. Preis Fr. 3.80. Verlag Hallwag, Bern.

Der «Stil» ist mehr als nur eine Angelegenheit für Architekten und Kunstbessene, er ist die «Handschrift» einer Epoche, durch die wir uns in Lebensgefühl und Weltanschauung einer bestimmten Zeit zurück- und einfühlen können; sie ist der Zauberschlüssel zum Reichtum vergangener Kulturen für den, der mit offenen Augen und Sinnen durch die Straßen der Heimat und der Welt wandert. Die vorliegende Stilkunde soll den Leser mit wesentlichen Formen der einzelnen Baustile vertraut machen. Im Gegensatz zu einer Kunstgeschichte, die von Zusammenhängen berichtet, greift die Stilkunde die wichtigsten, zeitlich begrenzten Erscheinungen im Strom der Kunstformen auf und befaßt sich mit ihren typischen Merkmalen, die in ihrer Gesamtheit den Charakter eines Stils bestimmen.

ES GIBT NUR GEDIEGENE



Es lohnt sich, bei Störungen an **Waschmaschinen, Zentrifugen** usw. unsere Wäschereimaschinen-Mechaniker zu rufen. Spezial-Reparaturdienst.

**ROB. MEIER SÖHNE & CO., ZÜRICH**  
Lindenhofstraße 17    Telefon 25 79 63

### Walter Fenner

Ausführung von sämtlichen  
**Malerarbeiten**

**Zürich** Stadelhoferstraße 30    Telefon 24 45 16



### Spengler-Arbeiten

Sanitäre Installationen  
Reparaturen

**P. HAUDENSCHILD**

Telefon 32 46 80    Feldeggstraße 26



Bahnhofquai 11    Telefon 25 78 18



**ANT. BONOMO & ERBEN**

AUSFÜHRUNG VON HOCH- UND  
TIEFBAUTEN BELAGSARBEITEN  
FASSADENRENOVATIONEN UND  
REPARATUREN

**ZÜRICH-OERLIKON**  
GUBELHANGSTR. 22, TELEPHON 46 85 96