Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

Objekttyp: **Appendix**

Zeitschrift: **Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis**

Band (Jahr): **22 (1900)**

Heft 1

PDF erstellt am: **28.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 1. | Januar 1900

SCHWEIZ. LANDESBIBL. 1900 G. 1233 BERN

Das Fleisch als Nahrungsmittel.

In der gemischten Kost des Menschen spielt die Hauptrolle das Fleisch. Es besteht wesentlich aus der Masse der quergestreiften Muskeln, welcher stets noch Bindgewebe, Schneefasern, Nerven, freies Fett und Blut beigemengt sind. Wir genießen das Fleisch der Rinder, Kälber, Schafe, Schweine, unter Umständen auch Pferde; Geschmack verleihen die sogenannten Extractivstoffe, sodann sind im Fleisch noch organische Säuren und Mineralbestandteile vorhanden, namentlich Kali und Phosphorsäure. Bei einem Vergleich der chemischen Zusammensetzung des Fleisches verschiedener Tiere ergiebt sich folgendes: Das Vogelfleisch zählt den größten Gehalt an eiweißartigen Körpern, das Fischfleisch den geringsten; zwischen beiden steht das Fleisch der Säugetiere. An Fett sind die Fische reicher als die Säugetiere und diese reicher als die Vögel, während letztere die beiden anderen Klassen in dem Gehalt an Extractivstoffen übertreffen. Um den täglichen Bedarf eines arbeitenden Mannes an stickstoffhaltigen Nahrungsstoffen zu decken, sind folgende Mengen der wichtigsten Fleischarten notwendig:

vom	Taubenfleisch .	570	Gr.
„	Kalbfleisch . .	580	„
„	Schweinefleisch .	595	„
„	Entenfleisch . .	597	„
„	Ochsenfleisch . .	614	„
„	Hühnerfleisch .	631	„
„	Rehfleisch . . .	672	„
„	Karpfen . . .	840	„
„	Schellfisch . .	877	„

Im allgemeinen gehen Reichtum an Fett und Armut an Wasser im Fleisch mit einander Hand in Hand. Den Einfluß des Alters auf die Beschaffenheit des Fleisches sieht man nirgends deutlicher, als beim Vergleich des Kalbfleisches mit dem Ochsenfleisch. Letzteres ist reicher

an Muskelfaserstoff, Fett und Salzen, das Kalbfleisch reicher an Wasser und Leimbildnern. Der aus Knochen, Knorpeln und Bindgewebe darstellbare Leim wirkt eiweißsparend, indem bei Fütterung mit demselben stets weniger Eiweiß zerfällt, als ohne Leim. Freilich kann derselbe das Eiweiß nicht ganz ersetzen; er ist nicht zum Aufbau der Gewebe geeignet und bewirkt auch keinen Leimansatz im Körper, sondern aller genossene Leim wird im Laufe von 24 Stunden im Säftestrom zerlegt und wiederum ausgeschieden.

Woran erkennt man nun ein gesundes Fleisch? Diese für jede Haushaltung ungemein wichtige Frage läßt sich dahin beantworten:

1) Der Querschnitt des Fleisches muß ein „marmoriertes" Aussehen zeigen. Dies rührt von den zwischen den Muskeln lagernden Fettstreifen her und beweist, daß das Tier wohlgenährt war.

2) Die Farbe der Muskeln darf weder zu blaß, noch zu dunkel sein. Wenn blaß und feuchte, so weist dies auf ein junges oder erkranktes Tier hin; wenn dunkel, so ist das Tier wahrscheinlich nicht geschlachtet worden, sondern starb an einer Krankheit und behielt sein Blut im Körper.

3) Das Fett an gesundem Fleisch ist weiß, hart; an krankem dagegen gelblich, wässerig oder gallertartig.

4) Der Geruch guten Fleisches muß schwach und keineswegs unangenehm sein. Ein widerlicher Geruch ist ein Anzeichen von beginnender Fäulnis oder von Krankheit. Wenn ein Stück Fleisch klein gehackt und mit warmem Wasser abgespült wird, so kann man leicht einen etwa vorhandenen schlechten Geruch entdecken.

Das Fleisch ist, wie aus seiner Zusammensetzung hervorgeht, eines unserer schätzbarsten Nahrungsmittel. Menschen, die sich vorzugsweise mit kräftigem und gut zubereitetem Fleisch ernähren, zeichnen sich durch Körperkraft und Ausdauer vor anderen, die viel Mehlstoffe oder Früchte genießen, entschieden aus. Die Schmackhaftigkeit des Fleisches hängt von verschiedenen Umständen ab, und zwar einmal von dem mechanischen Zustand des Fleisches nach seiner Zubereitung, denn aber von der Gegenwart charakteristisch riechender und schmeckender Stoffe. Bei den Kulturvölkern wird das Fleisch nur ausnahmsweise im rohen Zustande, fast stets zubereitet gegessen; außerdem benützen wir das Fleisch des Wildes, der Vögel und Fische. Die Hauptmasse des Fleisches besteht aus Wasser (70—80%), der wichtigste Bestandteil sind einige Eiweißkörper (16—23%), größtenteils Muskelfaserstoff; außerdem enthält das Fleisch leimgebende Substanz (3—4%), sodann Fett (2—7%); schließlich finden sich im Fleische verschiedene Stoffe, welche bei der Umsetzung der Eiweißsubstanzen in den Geweben des

lebenden Organismus entstehen und den verschiedenen Fleischsorten ihren eigentümlichen Geruch verleihen. Zur Zubereitung eines guten Kochfleisches muß man das nötige Wasser nebst Gewürz und Salz in einem Topfe zum Sieden bringen und erst, wenn es wallt, das Fleisch hineinthun. Dabei wird die Fleischbrühe dünn, aber das Fleisch bleibt kräftig. Will man dagegen gute, kräftige Fleiischbrühe bereiten, so setzt man das Fleisch mit kaltem Wasser zum Feuer, schneidet es wohl auch vorher in kleine Stücke, damit beim langsamen Erhitzen das Wasser den nahrhaften Stoff aus dem Fleische ausziehe; dann ist aber das Fleisch trocken, faserig, unschmackhaft, keine Kräftigung gewährend, weil ein Teil der Nährnoffe in der Fleischbrühe sich befindet. Dieselbe stellt mit dem Kochsalze eines der hervorragendsten Würzmittel der Köche dar, das zu der schmackhaften Zubereitung verschiedener Gerichte unentbehrlich ist. Eine gute Fleischbrühe enthält etwa 2% feste Bestnndteile, bei einem geringeren Gehalte schmeckt sie fade und erfüllt ihren Zweck nicht mehr im gleichen Maße. Werden mit dem Fleische Knochen, deren Grundlage und Umhüllung leimgebendes Gewebe ist, gekocht, so enthält diese bereitete Fleischbrühe gewöhnlich etwas mehr feste Stoffe und wird leim- und besonders fettreicher. Eine sehr konzentrierte, von Eiweißstoffen und Leim befreite Fleischbrühe ist das Liebig'sche Fleischextract. Dasselbe enthält 22% Salze, 58—60% Extractivstoffe, welche ihm dan angenehmen Geschmack verleihen und 18 bis 20% Wasser. Das Fleischextract ist durchaus kein Nahrungsmittel, wie man früher geglaubt hat, sondern nur ein Genußmittel. Als solches dient es dazu, den Stoffwechsel anzuregen und uns vorübergehend das Gefühl der Stärkung und des Wohlbehagens zu verleihen. Besonders wirksam erweist es sich in der Genesungsperiode nach schweren, fieberhaften Krankheiten, weil hier eine Förderung der Verdauungstätigkeit und des ganzen Stoffwechsels, sowie die frische Zufuhr von Nährsalzen durchaus am Platz erscheint. Die mittlere Menge, in der man Fleischextract darreicht, soll täglich 15 Gramm nicht überschreiten. Ein kräftig anregendes Getränk bereitet man aus 5 Gramm desselben mit einer Tasse warmen Wassers.

Um die Nährstoffe sowohl, als die geschmackverleihenden Substanzen im Fleische zurückzuhalten, bringt man dasselbe in einen Zustand, welchen man Braten nennt. Zu diesem Zweck setzt man das Fleisch anfangs einer hohen Temperatur aus, wodurch in den oberflächlichen Schichten das lösliche Eiweiß gerinnt und das Fett schmilzt; es entsteht hierbei eine mehr oder weniger undurchdringliche Hülle um das Stück, welche dazu beiträgt, dasselbe wohlschmeckend und saftig zu erhalten.

Zur Beschränkung der Wasserverdunstung, damit das Stück „saftig" bleibe, muß man den Braten von Zeit zu Zeit mit dem geschmolzenen

Fett übergießen. Gegen das Ende des Bratens darf die Hitze im Bratofen nur mäßig sein und die Temperatur im innern des Fleischstückes 70—75° nicht überschreiten. Das Fleisch verliert beim Braten 20—25% seines ursprünglichen Gewichts; der Verlust besteht vorzugsweise aus Wasser, doch gehen auch geringe Mengen von Salzen, Extractivstoffen und Leim in die Bratenbrühe über. Es ist Sache der Erfahrung, zu wissen, wenn ein Braten gar ist: dies ist natürlich verschieden nach der Größe des Fleischstückes und der einwirkenden Hitze. Niemals darf während des Bratens in das Fleisch hineingestochen werden, denn durch die Oeffnungen fließt der Saft heraus, und der Braten wird entkräftet. Zart und saftig bleibt auch das Fleisch, wenn es im geschlossenen Gefäße vermittelst des eigenen, durch die Hitze ausgetriebenen Saftes gedämpft oder gedünstet wird, weil es dabei fast nur Wasser verliert. Zu diesem Zwecke lassen sich Dampfkochtöpfe mit doppeltem Boden verwenden, von denen der obere, der das Fleisch trägt, durchlöchert ist, während im untern Teile sich etwas Wasser befindet, dessen heiße Dämpfe zu dem Fleisch aufsteigen.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Fest-Salat. Zubereitungsdauer 1/2 Stunde. (6 Personen). Zuthaten: 1 gekochtes Huhn, 1/2 Kilo Kalbsbraten 1/2 Kilo gekochter Fisch, 200 Gramm gewässerte Sardellen, 100 Gramm roher Schinken, 100 Gramm geräucherter Lachs, 20 große eingemachte Champignons, 6 Eigelb, 1/2 Liter Olivenöl, 3 Eßlöffel Kräuteressig, 1. Eßlöffel Johannisbeergelee, 1 Eßlöffel engl. Senfmehl, 1/6 Liter dicker, saurer Rahm, Salz, Pfeffer, Citronensaft, 1 Glas Weißwein, 1 Eßlöffel Kapern, 1 Eßlöffel Kaviar, 1 Eßlöffel Maggi. Fleisch, Fisch und Champignons werden in schmale, längliche Streifen geschnitten und zurückgestellt. Dann rührt man aus Eigelb und Oel eine dicke Mayonnaise, gibt Essig, Maggi und obige Zuthaten daran. Die Gelee wird vorher auf dem Feuer erwärmt, damit sie sich besser verrührt. Man gibt die Fleischstücke in die Sauce, rührt den Salat gut durch und verziert ihn mit Salatblättern, Kaviar, Eigelb und Sardellen.

*

Paprica-Fleisch. Ein Kilo Kalbfleisch vom Schlegel wird in halb handgroße Stückchen geschnitten, eingesalzen und mit einer guten Messerspitze echten Königpaprica bestreut. 4 mittelgroße, geschnittene Zwiebeln

werden mit 70 Gramm Butter schön gelb gedünstet, das Fleisch hineingegeben, Fleischbrühe oder heißes Wasser mit Fleischextrakt zugegossen und zugedeckt gedünstet. Man gießt hie und da ein wenig Fleischbrühe nach, um eine gute Sauce zu erhalten.

*

Roh geröstete Kartoffeln. Die Kartoffeln werden gewaschen, geschält, in kleine Würfel geschnitten und ins Wasser gelegt, aus demselben sofort in heißes Fett, in welchem man Zwiebeln hat anlaufen lassen, gegeben, zugedeckt und unter öfterem Schütteln langsam weichgekocht.

*

Bretzeln. 125 Gramm zerlassene Butter, 3 Eier, 140 Gramm Zucker, 15 Gramm Zimmt, Mehl darein, bis Kügelchen davon gemacht werden können. Diese in heiße, mit Speckschwarten bestrichene Brezeleisen genommen, das Eisen zugeklatscht und zu beiden Seiten hellbraun gebacken.

*

Zimmtröhrchen. Man rührt 1/2 Kilo feines Mehl, 250 Gramm feingesiebten Zucker, 6 Eier, 125 Gramm abgeklärte Butter, 1 Liter gute Milch, die abgeriebene Schale einer Citrone und einen Theelöffel voll Zimmt zu einem flüssigen Teige. Diese Kuchen bäckt man in Eisenkuchenformen, wenn man sie zu runden Oblaten verarbeitet hat, macht Form auf beiden Seiten warm, bestreicht sie leicht mit Speckschwarte und gießt einen Löffel Teig hinein. Sobald die Kuchen aus dem Teig kommen, werden sie noch ganz warm über einen runden Stab gerollt und geschwind wieder abgeschoben. Man kann auch einen Löffel Spiritus vini in den Teig tun, doch ist es nicht unumgänglich nötig.

*

Feine Anisplätzchen. 400 Gramm halb feines Mehl, halb Puder, 400 Gramm Zucker, beides durchgesiebt, 12 frische Eier, 2 Eßlöffel ausgesuchter Anissamen. Das Eiweiß wird zu festem Schaum gerührt und langsam zur Masse gegeben, während man stark und ununterbrochen schlägt; dann wird der Zucker, welcher mit dem Anissamen vermischt worden, löffelweise hinzugeschlagen, sowie auch nachher auf gleiche Weise das Mehl. Diese Mischung wird theelöffelweise auf eine mit Wachs bestrichene Platte gegeben und bei Mittelhitze gelb gebacken.

*

Nußgipfel. Von 1/2 Kilo Mehl, 12 Gramm Hefe, 5 Dottern, 30 Gramm Zucker, Salz, Citronengeschmack und Milch wird ein halbfester Hefenteig gemacht, abgeschlagen und zum Aufgehen warm gestellt. 1/4 Kilo Butter wird mit 20 Gramm Mehl vermengt und daraus ein viereckiger Kuchen geformt, der in den aufgegangenen Teig am Nudel-

brett wie Butterteig eingeschlagen und nach jedesmaligem Rasten dreimal ausgerollt wird. Daraus werden aus dem dünngerollten Teig viereckige Stücke geradelt oder geschnitten, diese der Quere durchschnitten, ganz mit Ei bestrichen, an die Längsseite Nußfülle gegeben, zusammengerollt, Gipfel geformt, auf ein mit Butter bestrichenes Brett gelegt, aufgegangen mit Dotter bestriechen und in der Röhre gebacken.

*

Tiroler Brot. 250 Gramm geschälte, gestoßene Mandeln, 115 Gramm Zucker, 250 Gramm Mehl, etwas Anis mit 4 Eigelb und einem halben Glase alten weißen Wein zu einem Teig verarbeitet, 250 Gramm Butter hineingeschafft, 2 Messerrücken dick aufgewellt, überschlagen, Dreiecke ausgeschnitten, diese auf ein mit Mehl bestreutes Blech gelegt, mit Zucker übersiebt und in einem warmen Ofen lichtgelb gebacken.

*

Chokoladebrot. Man rührt zu dem steifen Schaum von 3 Eiern 200 Gramm Zucker, 70 Gramm gestoßene Mandeln und 50 Gramm geriebene Chokolade. Dann streicht man diese Masse auf Oblaten, zerschneidet sie in schmale längliche Stückchen und bäckt sie bei schwerer Hitze.

*

Gute Zuckerplätzchen. 250 Gramm Puder (Mehl), 250 Gramm gestoßener Zucker, beides fein durchsiebt, 4 frische Eier zusammerühren und stehen lassen. Man bestreicht ein Blech mit Butter, formiert mit einem Kaffeelöffel von der Masse große Tropfen darauf und bäckt sie.

*

Zimmtmakronen. 100 Gramm geschälte Mandeln werden fein gerieben und mit 3 Eiweiß, 200 Gramm gestoßenem Zucker und mit fein gestoßenem Zimmt recht gut verrührt. In eine Papierdüte gefüllt, spritzt man auf weißes festes Papier Häufchen, bestäubt sie mit Zucker und bäckt sie in mittelheißer Röhre.

*

Gleichschwertörtli. 250 Gramm Butter wird schaumig gerührt, 5 bis 6 Eier, eins nach dem andern dazu gerührt, gebe 250 Gramm Staubzucker, 250 Gramm Mehl und 1 kl. Löffel (Gläschen) Rhum dazu und menge alles gut durcheinander. Kleine Förmchen werden mit Butter ausgestrichen, die Masse zu zweidritteil voll eingefüllt und die Törtchen im mittelheißen Ofen gebacken. Statt Rhum kann auch fein gehackte Citronenschale genommen werden. Gibt 12 bis 15 Törtchen.

*

Brottorte. 20 Eidotter werden mit 400 Gramm feingestoßenem Zucker so lange gerührt, bis ein weißer Schaum daraus wird, dann

nimmt man 15 Gramm fein gestoßenen Zimmt, 10 Gramm gestoßene Nelken, von einer Citrone die feingewiegte Schale, etwa 40 Gramm gewiegten Citronat und 130 Gramm samt der Schale geriebene und durchsiebte Mandeln dazu und rührt das ganze noch fein ab. Erst dann werden die 20 Eiweiß, die inzwischen zu Schnee geschlagen. darunter gerührt und zuletzt noch 400 Gramm geröstetes, gestoßenes und gesiebtes schwarzes Brot genommen. Wenn die Masse gut vermengt ist, bringt man dieselbe sofort in die Form, welche mit gestoßenem Brot ausgestreut ist und bäckt sie gleich anderen Torten heraus.

*

Prachelkuchen. Man reibt 1/2 Kilo Schwarzbrot und vermischt es mit 50 Gramm Zucker, ferner schält und zerschneidet man 1 Liter Aepfel, schmort sie mit Zucker und wenig Wein oder Wasser ganz kurz ein und läßt sie abkühlen. Nun gibt man reichlich Butter in die Eierkuchenpfanne, streuet die Hälfte Schwarzbrot hinein, gibt den Apfelbrei darauf, dann das übrige Schwarzbrot und Butterstückchen und backt den Kuchen auf gelindem Feuer auf beiden Seiten braun.

*

Geduldkuchen. 9 Eiweiß werden zu Schnee geschlagen, zu diesem 3/4 Kilo Zucker und 1/2 Kilo Mehl daruntergerührt, auf mit Butter bestrichenem Blech dünn mit Mehl bestaubt, zur Größe eines Fünfzig-Pfennigstückes dressiert, dann läßt man die Masse in einer warmen Stube oben abtrocknen und backt sie ganz langsam.

*

Aepfelschnitten. Gekochte, erkaltete, feingestoßene, saure Aepfel werden mit zwei zu Schnee geschlagenen Eiweiß vermischt, halb Finger dick auf dünne Weckli oder Zwiebackschnitten gelegt, und eine nach der andern auf der Schaumkelle in heißem, schwimmendem Fett gebacken. Nach Belieben noch mit Zucker bestreut.

*

Mandelhäufchen. 70 Gramm geschälte Mandeln werden fein geschnitten und leicht geröstet, 70 Gramm Zucker mit 2 Eiweiß, 35 Gramm geschnittener, überzuckerter Pomeranzenschale, etwas Citronenschale und gestoßenem Zimmt schaumig gerührt, die Mandeln hineingemengt, auf weiße Oblate nußgroße Häufchen gesetzt und in mittelheißer Röhre gebacken.

*

Storchnester. 1 Kilo Mehl, 125 Gramm Zucker, 20 Gramm Butter, und 10 Eier. Der Zucker wird mit Eiern recht schaumig gerührt, dann die Butter hineingenommen, als Geschmack etwas Citronenöl und zuletzt das Mehl, so daß ein fester Teig wird, dann in Stücke zu 150 Gramm abgewogen, rund und recht dünn ausgerollt, 6—6 mal mit einem Rädchen eingeschnitten, jedoch so, daß ein äußerer fingerbreiter

Rand bleibt, zusammengenommen und in einem Storchnestertopf gut heißgebacken, sodann auf beiden Seiten mit Zucker bestäubt.

*

Rationelle Ausnützung der Oefen. Nachdem der Rost von Asche und Schlacke sorgfältig gereinigt ist, wird Holz gitterartig aufgebaut und mit einigen Spänen Kien entzündet, auf dies Feuer werden sofort so viel Kohlen gepackt, als man in den Ofen zu tun wünscht, die kleinen zuerst, die größeren Stücke zuletzt, indem man immer an der Stelle, wo die Flamme herausschlägt, Kohlen anlegt (man muß allerdings mit den Händen zufassen); es ist Hauptsache, daß alles auf einmal, so schnell wie möglich mit einem male ausbrennt. Nach einer Viertelstunde etwa, wenn die Kohlen noch in voller Glut, aber nicht mehr mit heller Flamme brennen, wird der Ofen fest zugeschraubt; am nächsten Morgen ist alles rein ausgebrannt. So behandelte Oefen halten gut 18 Stunden Hitze.

*

Die Reinigung gebrauchter Flaschen. Zur Einmachezeit pflegt man sehr oft in Verlegenheit wegen leerer Flaschen oder Fläschchen zu sein und alle Räume werden alsdann nach Behältern zur Aufnahme der mannigfachen Fruchtsäfte durchsucht. Sollen diese Säfte sich tadellos halten, so müssen die Flaschen, in die man sie füllt, peinlich sauber sein, man wird daher ihrer Reinigung ganz besondere Aufmerksamkeit zuwenden müssen und die Säuberung. je nach der Art des Inhalts, den sie enthielten verschieden vornehmen. — Fettige Flaschen reinigen sich außerordentlich leicht, wenn man Wasser in die Flaschen füllt, dem man etwas übermangansaures Kali und Salzsäure zusetzte. Man schüttelt die Flaschen gut damit nnd spült sie darauf gründlich erst mit heißem Sodawasser und dann mit reinem lauen Wasser nach. Flaschen, welche eine harzige Flüssigkeit enthielten, müssen ganz anders gesäubert werden. Man löst Borax und Bottasche zusammen mit Wasser zu starker Lauge auf und reinigt die Flaschen gründlich damit, dann schüttelt man sie gut mit etwas reinem Spiritus und spühlt sie mit lauwarmem Wasser. — Aehnlich verfährt man bei Flaschen, welche allerhand Essenzen enthalten haben; man nimmt zu deren Reinigung Pottaschenlauge und darnach eine Natronlösung und spült zuletzt mit lauwarmem Wasser gut nach. — Alle gereinigten Flaschen müssen gut austrocknen, bevor man sie in Gebrauch nimmt. Man legt dazu ein sauberes Tuch in eine reine Schale und stellt darin die Flaschen mit dem Hals nach unten an eine warme Herdstelle, bis alle Feuchtigkeit verschwunden ist. Dann schwefelt man sie auf bekannte Weise aus und kann jede Flüssigkeit unbesorgt wegen deren Haltbarkeit hineinfüllen.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.