

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 7 (1903-1904)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** [Impressum]

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### 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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### 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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.12.2025

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

Die Sammlung der Europäischen Wanderbilder ist durch die Nummern 256—258: „Illustriertes Bündner Oberland“, herausgegeben vom Bündner-Oberländer-Berührungsverein, wirklich bereichert worden. Mit Liebe hat es ein Sohn Graubündens, der hiezu durch seine Abstammung, wie durch seine wissenschaftlichen Studien ganz besonders befähigt war, geschrieben, Dr. Chr. Tarnuzer, und ein anderer Bündner, Prof. F. C. Muoth, eine Autorität auf räthoromanischem Sprachgebiet, hat der ausgezeichneten Publikation einen wertvollen geschichtlichen Beitrag angefügt. Es war aber auch ein überaus reiches Gebiet, welches den beiden Autoren zur Bearbeitung vorlag, reich an Naturschönheiten, an lokalen Eigentümlichkeiten und reich an abwechslungsreichen, historischen Grinnerungen. Sie haben ihre Aufgabe trefflich gelöst, und die bekannte Zürcher Verlagsanstalt hat durch einlässliche Illustration und kartographische Ausstattung das ihrige dazu beigetragen, dem reisenden Publikum einen zuverlässigen und belehrenden Führer an die Hand zu geben. Seit durch die Rhätische Bahn das bis jetzt etwas weltabgeschiedene Tal des Borderrheins, mit seinen Nebentälern und seinen majestatischen Bergen, erschlossen ist, werden allsommerlich Tausende dorthin streben, um sich an der Erhabenheit der Gebirgswelt zu erfreuen und einen der interessantesten Gebirgsteile des vielgestaltigen Schweizerlandes kennen zu lernen.

**Reform-Kochbuch** von F d a Spühler. Zürich, Verlag von Fäsi & Beer, 1904; solid und schön gebunden Fr. 4.80.

Das vorliegende, 1112 Rezepte umfassende, in 4 Teile gegliederte Kochbuch strebt insofern eine Reform an, als es den Weg zeigt, wie man ohne Fleisch und Alkohol gut, billig und gesund leben kann; solche, die das Fleisch nicht entbehren wollen, lehrt es, wie die Gemüse und andere Speisen zubereitet werden sollen, damit die für die Ernährung so wertvollen Nährsalze nicht verloren gehen, wie das bei der sonst üblichen Kochart der Fall ist.

Der Hauptzweck aber, den das Buch verfolgt, liegt darin, dem Mittel- und Arbeiterstand bei den stetsfort steigenden Fleischpreisen Mittel und Wege zu weisen, wie sich der Fleischgenuss zu Nutzen und Frommen der körperlichen Kraft und Gesundheit einschränken und durch billigere, vegetabilische Speisen ersetzen lässt, die obendrein eine gesundere Nahrung darstellen. Die einheimischen Lebensmittel, Obst- und Gemüse, sollen nicht nur mehr Verwendung finden, sondern rationeller als bisher ausgenutzt werden; daher weicht die Kochweise, wie sie dieses Buch vorschreibt, in vielen Dingen von der bisherigen ab. Die Angaben sind so genau, daß auch Ungeübte auf Grund derselben ohne weitere Anleitung zweckmäßig und schmackhaft kochen lernen.

Den meisten Rezepten sind ferner ganze Speisezettel beigegeben, was für die Hausfrauen eine große Erleichterung bedeutet.

**Hauptergebnisse der eidgenössischen Volkszählung** vom 1. Dezember 1900 im Kanton Zürich, nach den Gemeinden und Bezirken, nebst alphabeticchem Verzeichnis der Ortschaften etc. Herausgegeben vom kantonalen statistischen Bureau. Winterthur. Buchdruckerei Geschwister Ziegler. 1903. Preis Fr. 1.25.

Ein trefflich geordnetes, übersichtliches zürcherisches Orts- und Bevölkerungslexikon, das vielen von unsrer Lesern, namentlich Geschäftsleuten, gute Dienste leisten wird.

**Die praktische Hausfrau.** 285 Haushaltungsrezepte. Von C. Pachsen in Chur. IV. Auflage. Im Selbstverlage des Verfassers. Preis Fr. 1.50.

Zahlreiche erprobte Winke für die Haushirtschaft und einfache Hausmittel finden sich hier gesammelt und werden jeder Hausfrau willkommen sein. Entfernung von Flecken aller Art, schwierige Reinigungen, Vertreibung von Insekten etc., Frischerhaltung von Speisen und dergleichen wird kurz und leicht verständlich erörtert.

Im Inhaltsverzeichnis wäre eine strengere Ordnung nach Sachen zu wünschen.