

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 16 (1912-1913)  
**Heft:** 1

**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:** 21.02.2026

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

eine Unmasse von Fleisch- und Eiweißmolekülen aufgespeichert sind und daß dabei der Vegetarismus eine höchst bescheidene Rolle gespielt hat. Doch genug davon! Ich bilde mir nicht ein, auf Fanatiker belehrend und befehrend einwirken zu können. Es hat seit Jahrtausenden solche Käuze gegeben und diese Menschenart wird nie aussterben. Ich möchte zum Schlusse nur an den altbekannten Spruch des Mephistopheles erinnern: „Grau, teurer Freund, ist alle Theorie, Und grün des Lebens goldner Baum.“

### Der gesundheitliche Wert der Fruchtsäfte.

Die Fruchtsäfte sind im stande, Krankheiten, denen fehlerhafte Blutmischung und träger Stoffwechsel zu grunde liegen, günstig zu beeinflussen. Enthält doch Obst in hervorragendem Maße die Stoffe, welche unser Blut rein und gesund erhalten. Deshalb sollte Obst in den verschiedensten Formen konserviert werden. Durch hohen Natriongehalt zeichnen sich die Johannisbeeren aus, außerst wertvoll sind die Himbeeren und die Erdbeeren. Die Weintraube wird bekanntlich zu wochenlangen Kuren verwendet und verdankt ihre Bedeutung ihrem reichen Gehalt an Kali, Phosphor, Kali, Natrion und Traubenzucker. In die Fruchtsäfte gehen alle Nährsalze über, es bleibt nur eine schwer verdauliche Masse zurück. Bei dem Konservieren der Früchte sollen daher unter allen Umständen die Säfte dabei belassen werden. Den Fruchtsäften als Konservierungsmittel Salicylsäure oder Weinstinsäure zuzusehen, ist nicht zu empfehlen.

### Bücherischau.

**Adolf Bartels, „Jeremias Gotthelfs Leben und Schaffen“.** Mit einem Bildnis des Dichters, zwei Abbildungen und einem Briefe als Handschriftprobe. Leipzig, Hesse & Becker Verlag. Mf. 1.50.

Dieser Sonderdruck aus der Hesseschen Ausgabe von „Gotthelfs ausgewählten Werken“, des großen Schweizer Pfarrers Albert Vitius Leben, Wirken und Werke enthaltend, hat vor vielen andern das Recht, selbständig aufzutreten. Bartels, der Friese, hat zum erstenmal und vorbildlich in umfassender Gründlichkeit die noch immer nicht allseitig anerkannte Größe des Schweizers gewürdigt, des ersten Schweizer Dorfgeschichtschreibers nicht nur, sondern des ersten, größten und reinsten deutschen „Naturalisten“ im besten Sinne des oft missbrauchten Wortes. Die Eigenheit des Menschen und die Eigenart des Volksschriftstellers, das eigene Leben und die Umgebung, welche er und die ihn beeinflusst, die Wahrheit des Menschen und seiner Geschöpfe, den Kenner und Könner, der als neuer Homer furchtlos und treu Leben, Lust und Leid des Bauernstandes schildert, das alles zeigt Bartels dem ihm willig folgenden Leser. Die Biographie ist zugleich die beste Einleitung in die Fülle der Romane und Erzählungen — auch das längst vergriffene Studententagebuch befindet sich darunter — und neu aufgenommen ist „Leiden und Freuden eines Schulmeisters“, selbst A. G. Fröhlichs seltne Erzählung aus Gotthelfs Leben fehlt nicht.

**Redaktion: Dr. Ad. Vögtlin in Zürich U, Asylstrasse 70.** (Beiträge nur an diese Adresse! ~~zu verlangt~~ eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelagert werden. ~~zu~~

**Druck und Expedition von Müller, Werder & Cie., Schippe 33, Zürich I.**

#### Insertionspreise

für schweiz. Anzeigen:  $\frac{1}{1}$  Seite Fr. 72.—,  $\frac{1}{2}$  S. Fr. 36.—,  $\frac{1}{8}$  S. Fr. 24.—,  $\frac{1}{4}$  S.

Fr. 18.—,  $\frac{1}{8}$  S. Fr. 9.—,  $\frac{1}{16}$  S. Fr. 4.50;

für Anzeigen ausländ. Ursprungs:  $\frac{1}{1}$  Seite Mf. 72.—,  $\frac{1}{2}$  S. Mf. 36.—,  $\frac{1}{8}$  S. Mf. 24.—,  $\frac{1}{4}$  S. Mf. 18.—,  $\frac{1}{8}$  S. Mf. 9.—,  $\frac{1}{16}$  S. Mf. 4.50.

**Alleinige Anzeigenannahme:** Annoncen-Expedition **Hans Adolf Wosse**, Zürich, Basel, Bern, St. Gallen, Luzern, Schaffhausen, Berlin, Breslau, Dresden, Frankfurt a. M., Hamburg, Köln a. Rh., Leipzig, Magdeburg, München, Stuttgart, Wien.