

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 21 (1917-1918)

Heft: 5

Artikel: Zum Brotmangel

Autor: [s.n]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-663964>

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: 27.12.2025

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

nährung und Nahrungsmittel", das von dem bekannten Berliner Physiologen Professor Dr. N. Bünz verfaßt wurde, außerordentlich geeignet und jedem, im besonderen auch den Hausfrauen, den Volkstümchen, Krankenhäusern, Sanatorien, Hauswirtschaftsschulen u. a. m. willkommen sein. Der Verfasser gibt in ihm zunächst einen Überblick über die Entwicklung der Ernährungslehre, dann behandelt er die chemische Zusammensetzung des Nährstoffbedarfs des Körpers wie die Funktion seiner Verdauungsorgane und zeigt, welch großer Wert auf die auch heute noch mögliche schmackhafte Zubereitung der Speisen zu legen ist, deren Bekömmlichkeit zum größten Teil von dem Reiz, den sie auf Geruch und Geschmack ausüben, abhängt. Von besonderer Wichtigkeit sind auch die Abschnitte, in denen die Nahrungsmengen, deren der Mensch bedarf, nachgewiesen und die chemische Zusammensetzung der Nahrungsmittel, die beste Ausnutzung der in ihnen enthaltenen Nährstoffe und die geeigneten Konservierungsmethoden erörtert werden.

Bum Brotmangel.

Nachdem die Brotkarte eingeführt ist, werden viele Hausfrauen wieder zur alten Hausbäckerei zurückkehren und aus dem wenigen ihr zustehenden Mehl Hausgebäck herstellen als willkommene Beigabe zum, ach, so kargen Brotvorrat. Ein schmackhaftes Haushrot läßt sich z. B. aus Mehl, Milch, ein wenig Zucker, einer Prise Salz, 1 Löffel Rum oder Rosenwasser und Backpulver herstellen. Auch Biscuits und Zwieback sind gar nicht schwer zu fabrizieren. Die Hauptbedingung ist ein gutes Backpulver. Da Natron und Backpulver — die üblichen Bestandteile eines guten Backpulvers — vollständig fehlen, die Hefe aber zu teuer ist, werden jetzt allerlei Ersatzmittel — nicht immer einwandfreier Natur — benutzt, z. B. Gips, Kreidemehl, Maun u.s.w. Ein altes, gutes und bekömmliches Backpulver ist das Triebosalz, welches schon von unseren Großeltern zu allerlei Gebäck benutzt wurde. Das Triebosalz ist äußerst billig, sehr auskömmlich und zur Herstellung von allerlei Gebäck geeignet. Nur muß man sparsam damit umgehen — zu viel des Guten ist auch hier vom Übel.

Es wäre zu begrüßen, wenn einige Rezepte zur Herstellung von Triebosalz-Gebäck von einem Fachmann veröffentlicht würden. Eine Hausfrau.

Praktische Hauswissenschaft.

Wie behandelt man einen Ohnmächtigen?

Obgleich das Ohnmächtigwerden nicht nur auf den Sommer beschränkt ist, so kommt es doch wohl häufiger in dieser Jahreszeit vor, als sonst. Die Ursache ist plötzlich eintretende Herzschwäche. Hierdurch wird dem Gehirne nicht genügend Blut zugeführt — alles wird schwarz vor den Augen, der Ohnmächtige fällt um, ist völlig kraft- und bewußtlos; das Gesicht ist bleich.

Furcht, Freude, widerwärtige Anblicke, Blutverlust oder Schmerzen können Ohnmacht hervorrufen. Der Ohnmächtige ist dem Tode sehr nahe, dennoch tritt derselbe sehr selten ein. Die Natur sorgt für Hilfe, indem sie den