

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 35 (1931-1932)  
**Heft:** 20

**Artikel:** Die Entfettungskur  
**Autor:** Baltinester, Wilhelmine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-671410>

### 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:** 16.01.2026

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

übrig gebliebene Geld genau nach und bestätigte ihm, daß der Betrag stimme. Dann entließ ich ihn mit anerkennenden Worten.

Vom nächsten Tage an beschäftigte ich ihn auf dem Büro, denn mit dem Fortschreiten der Arbeit auf dem Flugfeld häuften sich die Schreibarbeiten ohnehin mehr und mehr an. Nach einigen Monaten, als unsere Tätigkeit auf dem Flugplatz zu Ende war, mußte ich allerdings auch ihn entlassen, da ich nun keine Bürokrat mehr benötigte. Ich stellte ihm ein gutes Zeugnis aus, das er auch wirklich verdient hatte. Als er von mir Abschied nahm, dankte er mir noch sehr und erklärte, daß ich ihm den Weg

in die Zukunft, die für ihn schwarz war und an die er, als er bei mir eintrat, gar nicht zu denken gewagt, wieder geeignet habe. Dies wollte ich zwar nicht zugeben, denn so viel hatte ich ja eigentlich nicht für ihn getan.

Auf jeden Fall aber war er einer von den Menschen, mit denen das Glück schreitet. Zwei Jahre mochten seither vergangen sein, als ich wieder einmal geschäftlich in der Stadt zu tun hatte. Da traf ich ganz zufällig mit ihm im Tram zusammen. Ich fragte ihn nach seinem Ergehen. Da strahlte sein Gesicht, und er teilte mir mit, er sei nun Korrespondent auf einer Bank — er, der ehemalige Sträfling.

## Die Entfettungskur.

Humoreske von Wilhelmine Baltinester.

Herr Bassel war zu dick geworden. Zuerst sagte es ihm sein Schneider, dann seine Freunde, schließlich ärgerte er sich, so oft er an einem Spiegel vorbei kam. Nur seine Frau, die weiche Seele, fand es nicht. Sie hatte die Leidenschaft, ihn maßlos zu füttern. Das wollte ihr der Arzt, den sie aufsuchten, und der Spezialist für Entfettungskuren war, gehörig austreiben. Affenliebe sei es, einen zur Fettsucht neigenden Mann zu überfüttern! Einschränken, keine Mehlspeisen! Und im übrigen nur jene Mengen von Nahrung geben, die er jetzt aufzuschreiben wolle. Der Schneider bekam Auftrag, mit dem Bau des neuen Anzuges zu warten, man würde in wenigen Wochen so schlank geworden sein, daß noch einmal Maß genommen werden müßte. — Frau Bassel war verzweifelt. Sie hatte eine kleine Speisenwaage anschaffen müssen, auf der dem Hausherrn der farge Bissen zugemessen werden sollte. Grausam wenig. In der Frühe schon fing der Jammer an: Tee mit einem Stück Zucker und dazu drei Plättchen Zwieback. Bis-her hatte man des Morgens bei zwei Tassen Kaffee und etlichen Schinkenbrötchen geschwelgt. Vorbei ist der fette Traum. Bassel ging ungemütlich gelaunt ins Büro hinüber, das durch eine Tür mit seiner Wohnung verbunden war. — Frau Bassel dachte nur an seinen geliebten, schlecht gefüllten Magen, und vor zärtlichem Mitleid verging ihr der Appetit. So ein Menschenschinder, der Arzt! Er schien ein grausames Vergnügen daran zu haben, die Leute durch Hunger zu quälen. Selbst aber trug er ein gehöriges Bäuchlein! Unverschämt!

Das zweite Frühstück, bestehend aus einem

infam kleinen Apfel, den sogar Evas scharfes Auge nie und nimmer am Baume der Erkenntnis erpahten würde, brachte Frau Bassel dem Geliebten eigenhändig ins Büro. Dabei sah sie ihn aus feuchten Augen an. Er war in Wolken gehüllt.

„Du, Hermine, heute hab ich etwas sehr Wichtiges vor, eine große Besprechung! Und: ein leerer Magen — ein leerer Kopf. Weißt du was, bringe mir schnell die ganze erlaubte Speisemenge für den heutigen Tag herüber. Dafür will ich morgen vollkommen Fasttag machen. Glaube nicht, ich sei gefräßig! Es ist nur wegen der großen Konferenz, da muß man frisch sein!“

Wie sie flog. Er sollte nicht hungrig, der Liebel! Sie fand ihn überhaupt nicht gar so dick. Was verstand der Arzt, der selber seinen Neptunbauch nicht loswerden zu können schien! Sie brachte gleich alle Mahlzeiten zusammen: den halben Teller Suppe und das Bröselchen Fleisch und das magere Gemüse, woraus sein Mittagsmahl zu bestehen hatte, und den Vespertee und die beiden Eier, die er zum Nachtmahl essen durfte. Er schmatzte alles in sich hinein wie ein Wolf im Hungertwinter. Als er um vier Uhr aus dem Büro kam, sagte er nachdenklich: „Hermine — ich habe eigentlich Hunger. Gib mir mal das Mittagessen von übermorgen! Ich werde es mir dafür übermorgen entziehen.“ Hermine starrte ihn an. „Morgen willst du aber doch fasten und dann übermorgen kein Mittag essen . . . ? Das geht doch nicht!“ — „Hast du vielleicht etwas dagegen, daß ich jetzt etwas zu essen bekomme?“ fragte er spitz. „Gefalle ich dir nicht? Geht die Liebe nach Gewicht?“ —

„Aber nein, nein!“ wehrte sie angstvoll ab und lief in die Küche, um zu holen, was der Hungrige sich wünschte.

Um folgenden Morgen wartete er vergeblich auf das Frühstück. „Nun? Wird's bald? Die im Büro warten schon!“ — „Ja, aber, liebes Kind, du hast ja gesagt, daß heute Fasttag sein müsse! Da habe ich nichts vorbereitet!“ lispelte Frau Hermine schüchtern. — „Fasttag? So?“ Er ging ins Büro hinüber. Im übrigen hielt er den Fasttag streng ein. Sie fastete auch insgeheim — aus Bärtlichkeit. Sie hätte nicht essen können, wenn er, die Sonne ihres Lebens, hungrig wäre. — Der Fasttag schlug ihm nicht übel an, er war sogar gut gelaunt. Auch das Mittagessen des folgenden Tages ließ er sich — seinem Vorteile getreu — entziehen. Seine Frau aß nicht mehr wie er, sie wurde schmächtiger als früher und hatte das auf keinen Fall notwendig.

Als Bassel zehn Tage nach Beginn der Kur im Ordinationszimmer des Arztes die Waage bestieg, stellte sich eine Gewichtszunahme von

einem halben Kilogramm heraus. Der Arzt sah ihn misstrauisch an. Herr Bassel blickte über ihn hinweg. „Mein Körper geht eben nicht auf Ihre Kur ein, Herr Doktor!“ zahlte das geforderte Honorar und ging.

Zu Hause wartete Frau Hermine. „Nun?“ empfing sie ihn neugierig.

„Mein Körper eignet sich nicht für die Hungerkunststücke des Doktors!“ sagte er. „Und hiermit kehre ich zur Normal kost zurück!“

„Hast du denn nichts abgenommen?“

„Nichts. Folglich kann ich ja weiter bei meiner gewohnten Lebensweise bleiben.“

Das Hausmädchen meldete einen Burschen, der den Herrn zu sprechen wünsche. Ein gelehrtes Pikkolobürschlein trat ein. „Ergebenen Diener, Herr Bassel,“ wedelte er. „Sie haben gestern zu Mittag Ihren Schirm in unserem Gasthause vergessen. Hier ist er.“

Herr Bassel wurde rot. Frau Hermine schwieg verständnisvoll. Trotzdem war es mit der Entfestigungskur ein für allemal zu Ende.

## Die neue Handtasche.

Skizze von Luise Winkelmann.

„In Gottes Namen“, seufzte Frau Edith beim Mittagessen, „dann werde ich die alte noch weiterschleppen. Was nicht geht, das geht nicht; da hast du recht. Schade! Bei Matthey haben sie so wundervolle Sachen im Fenster.“

Ihr Mann, der ihr von seinen schlechten Geschäften als junger Anwalt erzählt hatte, stand auf.

„Hier sind hundert Franken“, sagte er, „und vier Rechnungen. Bezahl sie, dann bin ich das wenigstens los. Es geht nicht anders, Liebling.“

Sie nickte, und er gab ihr einen Kuß. „Mein verständiges Frauchen!“ lobte er.

Edith schlug sich die Sache aus dem Kopf. Erst als sie am Nachmittag zur Stadt fuhr und durch die Geschäftsstraßen schlenderte, begannen sich ihre Gedanken von neuem um die Handtasche zu drehen. Entzückende Sachen waren das im Schaufenster von Matthey, des gutgeleiteten, vornehmen Geschäfts auf der Hauptstraße, das nur von allererster Kundshaft lebte und dessen Preise eigentlich für die Börse des guten Mittelstandes zu hoch waren. Aber welcher Schick, welche Eleganz! Gedichte waren darunter! Ediths Schritte führten von selbst zu den beiden

Fenstern mit der intimen, raffiniert-geschmackvollen Auslage.

„Wenigstens ansehen!“ fuhr es ihr begehrlich durch den Kopf, und schon hatte sie die Tür links in der Hand und trat ein.

Sie ließ sich in einen der Sessel sinken und beschäftigte sich damit, die Handtaschen zu bewundern, die die Verkäuferin vor ihr ausbreitete. Der Laden war nicht leer; es waren noch zwei oder drei weitere Käufer da, und die Inhaberin bemühte sich persönlich um jeden Kunden. Es wurde Edith peinlich; immer wieder ließ sie weitere Taschen herbeiholen, weil sie „noch keine Wahl treffen könne“.

Da hörte sie plötzlich eine Stimme: „Diese hier nehme ich. Die Rechnung können sie an Herrn Rechtsanwalt Holmers schicken.“

Bestürzt fuhr sie auf. Rechtsanwalt Holmers, ihr Mann! Sie hörte die korrekte Stimme der Inhaberin: „Sehr wohl, meine Dame! Aber wenn ich höflichst um einen schriftlichen Auftrag...“

„Den habe ich nicht“, antwortete die Stimme von vorhin, etwas von oben herab, „aber Sie können Herrn Doktor Holmers anrufen.“

Edith sah, wie die Inhaberin zum Apparat