

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 36 (1932-1933)
Heft: 3

Buchbesprechung: Bücherschau

Autor: [s.n.]

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: 27.01.2026

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

Bücherschau.

Luz, Dr. med. Fritz und Sophia Luz: Un-
gesalzen und vitaminreich. 286 Koch-
rezepte für Kranke und Gesunde. 134 Seiten. Preis
kartoniert Fr. 3.20, Leinenband Fr. 4.65. Verlag Emil
Pahl, Dresden.

Das vorliegende Buch weist in seinen einführenden
Worten auf die Wichtigkeit einer ungesalzenen, vita-
minreichen Kost hin. Durch neuzeitliche Zubereitungs-
art und Zusammenstellung einer vollwertigen Nah-
rung soll die Widerstandskraft des gesunden Körpers
erhöht und der kranke Organismus geheilt werden.
Auf Rohkost als natürlichen, vitaminreichen Heilfak-
tor wurde großer Wert gelegt. Die auf Schmachhaf-
tigkeit erprobten Rezepte sind ausführlich mit Ge-
wichtsangaben und genauer Kochart angegeben. Auf
der anderen Seite hält sich das Buch davon fern, Be-
handlungsschemata und medikamentöse Vorschriften
zu geben, offenbar in der Absicht, dem Arzte die
Aufstellung des Heilplanes zu überlassen.

Im Kampf um den Himalaja. Der erste
deutsche Angriff auf den Kangchendzönga 1929. Von
Paul Bauer. 176 Textseiten, 100 Bilder auf Tafeln,
6 große Panoramen, 3 Karten. Geh. Fr. 10.50. Ver-
lag Knorr & Hirth, G. m. b. H., München.

8580 m hoch erhebt sich in überwältigender Macht
der Gipfel des Kangchendzönga, des dritthöchsten
Bergs der Welt. Viele Wochen haben neun Deutsche,
Allwein, Aufschnaiter, Beigel, Brenner, Fendt, Kraus,
Leupold, Thoenes, unter Führung von Paul Bauer in
Eis und Kälte, von Steinschlag und Lawinen bedroht,
in dünner atembeklemmender Luft um dieses Ziel
gerungen. Ausführlich berichtet darüber das Werk
„Im Kampf um den Himalaja“. Lange dauerten die
Vorbereitungen des Unternehmens, lange die Land-

und Seereise über Ceylon, Madras bis Dardschiling,
dem Ausgangspunkt der Expedition. Anschaulich schil-
dert Bauer die Eindrücke dieser Reise. Endlich sechs
Wochen nach der Ausreise ist die hundertköpfige Trä-
gerkolonne zusammengestellt, die Gepäck und Verpfle-
gung für viele Monate durch Urwald und Dschungel,
über Moränen und unendliche Gletscherfelder schleppt,
bis zur Steilwand des Kangchendzönga. Erkundungen
ergaben: der einzig mögliche Weg zum Gipfel führt
über den steil aufgeworfenen Nordostsporn. Hier mußte
die Hauptentscheidung erkämpft werden. In wochen-
langer, harter Eisarbeit bahnten sich die kühnen
Bergsteiger einen Weg zum Grat und weiter hinauf
über fast senkrechte Türme (einer wurde durch einen
Tunnel bezwungen) bis auf 7400 m Höhe. Schon
glaubten sie sich am Vorabend des Erfolges. Doch es
sollte anders kommen. Ein ungeheurer Schneesturm
zwang zur Aufgabe. Unter schwierigsten Umständen
wurde der Rückzug angetreten. Spannend wie ein
Roman ließt sich dieser Bericht über eine der größten
alpinen Taten unserer Zeit.

Edgar Chappuis: Unter Stadtdä-
chern, Erzählungen. Preis Fr. 3.75. Heim-Verlag
Radolfzell (Bodensee).

Wer ist ihnen nicht schon begegnet, den schlichten
Alltagsgestalten, der Zeitungsfrau, dem Kaminfeger-
jungen, dem Ausläufer und den zahllosen andern Un-
bekannten, die unter Stadtdächern wacker ihr beschei-
denes Dasein fristen? Ergreifend werden die trostlose
Eintönigkeit und Tragik ihrer Schicksale geschildert. Mit
tiefer Menschenliebe erzählt uns der Dichter von den
kleinen Leuten, die trotz dem Glend der Zeit mit fei-
nem Humor und einer nie verzagenden Zuberficht über
das Unerquickliche ihres Lebens hinwegkommen.

EINBAND

für den XXXV. Jahrgang der Zeitschrift „Am
häuslichen Herd“ können zum Preise von Fr. 1.50
vom Verlag Müller, Werder & Co., Wolfbachstr.
Nr. 19, Zürich, bezogen werden. Ein gebundener
Jahrgang „Am häuslichen Herd“ bedeutet eine
wertvolle Bereicherung der Familienbibliothek.

Bestellungen auf Einbanddecken bitten wir mög-
lichst rasch einzusenden.

VERLAG „AM HÄUSLICHEN HERD“
WOLFBACHSTRASSE 19
ZÜRICH

ECKEN