Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 44 (1940-1941)

Heft: 17

Rubrik: Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau

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: 22.08.2025

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

Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau.

Vorräte kontrollieren! Der Eintritt der warmen Witterung bleibt nicht ohne Einfluß auf die Entwicklung der Schädlinge, die sich gerne an unsern Lebensmittelvorräten gütlich tun. Wir denken da an die Mehlmotte, die Hülsenfruchtmotte, das Silberfischchen, die Ameisen usw. Gerade in der feuchten Witterung des Vorsommers entwickeln sie sich gern und rasch. Generationen folgen sich innert kurzer Zeit und verseuchen unversehens unsere kostbaren Nahrungsmittel. Deshalb muß die Kontrolle gerade jetzt verschärft und regelmäßig wiederholt werden. Vorräte, die über den Winter auf dem Estrich aufbewahrt wurden, sind jetzt in kühlere, aber ja nicht feuchte Räume zu verbringen. Feuchte Wärme und direktes Licht — vor allem aber Sonneneinwirkung — fördert selbstredend die Entwicklung der Kleinlebewesen, während Durchzug und Bewegung der Vorratbehälter die Entwicklung hemmt. Peinlichste Reinhaltung ist Grundbedingung. So müssen alle Ritzen der Behälter bzw. Schränke ganz gründlich gereinigt werden, da z. B. Rückstände von Nahrungsmitteln die ideale Brutstätte der Schädlinge bilden. Auch ist es ratsam, die Vorräte hin und wieder auf sauberes Papier auszuschütten, zu erlesen, eventuell zu sieben und in frische Säcke zu füllen. Auch Papiersäcke sollten zwecks Desinfektion gebügelt werden. Zeigen sich im Mehl, Mais oder Grieß Fäden oder Klumpen, so wird es gesiebt, nachher auf einem Backblech auf zirka 80 Grad erhitzt und unter öfterm Bewegen während etwa einer Stunde an einer Wärme von 60 Grad gehalten. Mehl kann aber auch in der Gußpfanne hellgelb geröstet und für Suppen oder Saucen verwendet werden. Sollte Fett talgig werden oder ranzig riechen, so wird es in einer gußeisernen Pfanne mit zerschnittenen Zwiebeln oder Äpfeln erwärmt, aber nicht etwa bis zur Rauchentwicklung erhitzt und durch ein Sieb in einen mit Sodawasser ausgewaschenen irdenen Topf verbracht. Bei regelmäßiger und gewissenhafter Kontrolle können unsere Vorräte wenigstens nicht in dem Maße verderben, daß sie für die menschliche Ernährung nicht mehr in Betracht fallen.

Fleischlose Tage hat uns das Kriegswirtschaftsamt aufgebrummt. „Gschäch nüüt bösers!" Wetten wir, daß auch ein fleischloses Menu durchaus sättigend sein kann, wenn es mit Verständnis zubereitet wird. Wir schlagen vor, den wöchentlichen Wähentag, der meistenorts am Samstag abgehalten wird, auf den Freitag vorzuverlegen. Für den Mittwoch bleiben uns eine Menge fleischloser Gerichte reserviert. So zum Beispiel „Binätsch" mit Ei und Salzkartoffeln, natürlich vorerst eine gute Suppe, die „den Boden legt". Dann Rhabarberkompott mit Eierspeisen, Teigwaren, Kartoffelgerichten, Milchreis, Polenta, Käsegerichten, Spätzli oder ein rassiger Salat zu Teigwaren, Risotto, Kartoffeln, weißen Böhnli, Linsen usw. Auch Dörrobst (das „Frühlings-Obst") soll jetzt gebraucht werden. Noch wenig bekannt ist das **Dörrobst-Köpfli** nach folgendem Rezept: Je 100 gr dürre Birnen, saure Äpfel, Zwetschgen und Aprikosen werden nach dem Einweichen durch die feine Scheibe der Fleischhackmaschine getrieben und mit dem Einweichwasser zu einer saftigen formbaren Masse vermischt. Gewürzt und verbessert wird die Masse mit 2—3 Eßlöffeln Zwetschgen- oder Johannisbeerkonfitüre, gehackten Baum- oder Haselnüssen, Zitronenrinde, je einer Messerspitze Zimmt, Nelkenpulver und Muskat. Das fertige Köpfli wird dann mit ganzen dürren Früchten garniert und mit einer Vanillecreme übergossen.

Rhabarberkompott mit wenig Zucker: Vor allem die rötlichen Sorten sollten nicht geschält werden. Dann empfiehlt es sich, einen Viertel der üblichen Zuckermenge (man rechnet bei einem Pfund Rhabarber 150 gr Zucker) beizubehalten und die andern Dreiviertel durch Saccharin zu ersetzen. (Bei Hermesetas, der besten, aber auch teuersten Saccharinart entsprechen 4 Tabletten 25 g Zucker.) Saccharin darf nicht mitgekocht, sondern soll in etwas kaltem Wasser aufgelöst und unter das leicht ausgekühlte Kompott gemischt werden. Das Kompott kann auch durch Zugabe eines Teigleins aus Maizena (oder Stärkemehl) und Wasser milder gemacht werden. Vorteilhaft ist es auch, geröstete oder gebähte Brotwürfel, vor dem Servieren unter das Kompott zu geben. Das Neutralisieren der Rhabarbersäure mit Natron ist deshalb nicht günstig, weil dadurch die Nährsalze gebunden werden, so daß der Nährwert herabgemindert wird. Hanka.

SALAT mit

Citrovin ist kräftig-sauer, jedoch nicht scharf, braucht darum wenig Oel.

Blindenheim für Männer
ZÜRICH 4
St. Jakobstr. 7 - beim Stauffacher

Telephon 3.69.93

Sessel-Flechterei
Rohrmöbel, Korb- und
Bürsten-Fabrikation