Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 44 (1940-1941)
Heft: 18

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: 22.08.2025

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

Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau.

Ihre Handtücher lassen sich leichter waschen — brauchen also weniger Seife — wenn Sie sie leicht stärken. Auch sollten sie unbedingt auf beiden Seiten, also oben und unten, mit Aufhängern versehen sein, damit sie abwechslungsweise das einemal oben, das anderemal unten aufgehängt werden können. Es bedingt dies, daß sie gleichmäßig eingeschmutzt und gleichmäßig abgenützt werden. Vor dem Plätten sollten sie genau durchgesehen und vorhandene schadhafte Stellen oder gar Löcher sofort ausgebessert werden. Für die Aufhänger oder beim Ersetzen derselben verwende man nur handgewobene Litzen, die viel dauerhafter sind. Die meisten Schäden bei der Küchenwäsche entstehen übrigens beim unvorsichtigen Abtrocknen der Gabeln und Messer. So ist es eine Unsitte, beim Trockenreiben der Gabel das Tuch von der Spitze her zwischen den Zinken hindurchzuziehen. Vielmehr soll es von der Zinkenbasis aus gegen die Spitzen geführt werden, und zwar auf der Vorder- wie auf der Rückseite. Die Messerklingen sollen mit dem Rand des Tuches sorgfältig abgetrocknet werden. Auf diese Weise werden die Schäden an Ihrer Küchenwäsche gering sein.

Fettsparen bedeutet noch keine Arztrechnung. Viele Hausfrauen huldigen der irrigen Annahme, daß nur eine fettreiche Kost als „gut" taxiert werden könne. Die moderne Ernährungslehre weist darauf hin, daß z. B. eine zu fettreiche Kost dem menschlichen Organismus Schaden zufügt. Erschrecken wir deshalb nicht ob der Tatsache, daß Fett ein immer rarerer Artikel wird. Natürlich können wir auch nicht ohne oder mit zu wenig Fett leben. Es soll daher auch in dieser Frage die goldene Mittellinie eingehalten werden. Sehen wir vor allem darauf, daß kein einziges Gramm Fett in den Schüttstein kommt. So soll z. B. das „Ankenplättli" erst dann abgewaschen werden, wenn seine letzten Fettspuren in der Suppe schwimmen. Die Packungen der Buttermödeli können sehr wohl zum Einfetten von Backblechen, Bratpfannen und Auflaufformen verwendet werden. Sogenannte „Grieben" von ausgelassenem Fett machen die „Härdöpfelröschti" erst recht delikat. Kennen Sie übrigens die beste Fettmischung? Ich will sie bei dieser Gelegenheit gleich nennen, obwohl sie gegenwärtig des fehlenden Öles wegen nicht in Frage kommt. Dr. Bircher, der bekannte Diät- und Ernährungsforscher behauptet, daß eine Mischung von je einem Drittel Butter, Öl und Pflanzenfett der reinen Butterküche unbedingt vorzuziehen sei. Denken Sie daran, wenn Ölflecken einmal keine Rarität mehr sind! — Butterbrot mit „Komfi" ist heute ein Luxus. Entweder sollte des Fettmangels wegen nur Brot mit Konfitüre oder dann des Zuckermangels wegen nur Brot mit Butter genossen werden. Aber die Kombination ist heute eine Verschwendung.

„Binätsch" ist ein Tausendsassa unter den Gemüsen. Als starker Eisenträger ist er blutbildend und als Stoffwechselförderer überaus gesund. Da er besonders im Anfang etwas teuer ist, kann er gut mit Brennesseln gestreckt werden. Am meisten bekannt ist seine Zubereitung in gehackter Form. In diesem Falle eignet er sich besonders an fleischlosen Tagen zusammen mit Spiegeleiern, Rühreiern oder weichen Eiern nebst Salzkartoffeln und Kompott. Noch nicht überall bekannt ist, daß aus Spinat auch ein gesunder und kräftiger Salat hergestellt werden kann. Die Blätter werden zusammengerollt und in feine Streifen geschnitten, die Stiele entfernt. Dann wird er frühzeitig mit einer rassigen Salatsauce angemacht und etwa zwei Stunden stehen gelassen. Mit Eiern garniert als Beigabe zu Teigwaren oder Risotto ein fleischloses Menü. Liebhaber der italienischen Küche bereiten den Spinat folgendermaßen zu: Die Blätter werden nur ganz leicht gewellt, 1—2 Wälle in Salzwasser genügen! Dann sofort auf heiße Platte anrichten und je eine Lage Blätter, eine Lage geriebenen Käse und zwischenhinein reichlich Butterflöckli. Rasch zudecken und an der Wärme stehen lassen, damit die Butter zergeht. Das Abwellwasser darf auf keinen Fall fortgegossen werden, wie es gedankenlose Köchinnen gerne tun. Die Nährwerte sind ja im Kochwasser drin, weshalb wir es für die Suppe verwenden. Also: immer gut überlegen, damit wir stark und gesund bleiben!

Hanka.

Bücherschau.

Einfach und praktisch. Was stricken wir unsern Soldaten im Jahre der Wollknappheit? Herausgegeben vom Schweizerischen Verband für Heimarbeit in Bern. Preis 70 Rp.

Unter dem Motto: Wolle sparen heißt dem Lande dienen, wird uns eine Anzahl erprobter Strickmodelle für unsere Soldaten vorgelegt. Das Büchlein will eine Art Zusammenfassung der besten Wollsachen sein. Bei der heutigen Wollknappheit soll nur das Zweckmäßigste gestrickt werden. Da all diese Modelle von Unterkleidern, Handschuhen, Kopfwärmern usw. das Resultat von Umfragen und Erfahrungen sind, handelt es sich um nützliche und praktische Strickarbeiten. Sicher werden sie von unseren Soldaten gerne getragen werden und den gestellten Anforderungen in jeder Hinsicht genügen. Die Arbeitsfolge wird klar und übersichtlich dargestellt und ist auch für Kinder leicht verständlich. Jede Beschreibung ist durch eine Photographie veranschaulicht. Ein empfehlenswertes Büchlein für alle Strickerinnen!

Die Arbeit des Menschen, von Dr. **Franziska Baumgarten,** Privat-Dozentin an der Universität Bern. Verlag Buchdruckerei E. Baumgartner, Burgdorf. 72 Seiten. Preis broschiert Fr. 3.50.

Das kleine Buch gibt eine sehr populäre Darstellung der Fragen: Was ist Arbeit? Welche körperliche und seelische Beschaffenheit notwendig ist, um eine möglichst produktive Arbeit zu leisten? Die Rolle der Gesundheit, der Begabungen, des Charakters, der Berufsneigungen wird in ihrem Einfluß auf die Leistung eingehend dargestellt. Ferner wird die Bedeutung der äußeren Faktoren der Arbeitsleistung, wie der Arbeitszeit, der Bestgestaltung des Arbeitsraumes- und platzes, des Lohnes, der entsprechenden Menschenbehandlung im Lichte der neuesten wissenschaftlichen Forschungen erörtert. Die Darstellung ist immer objektiv, sie versucht überall, sowohl die Interessen der Arbeitgeber wie der Arbeitnehmer ohne jede Parteinahme hervorzuheben. Im Anhang befinden sich die „Arbeitsregeln", die schon gesondert herausgegeben, bereits nach einigen Wochen in zweiter Auflage erschienen sind. Das Büchlein eignet sich zum Selbststudium für jeden Berufstätigen. In den Fortbildungs- und Haushaltungsschulen kann es als Einführung in die Arbeitskunde neben der Lebenskunde benutzt werden.

„Anarkali". Wege in Indien. Von **Werner Reist.** Verlag Rascher & Co. Preis geb. Fr. 9.—.

Ein Indienbuch, das man mit großer Aufmerksamkeit und Spannung liest. Der Leser fährt im Auto ins Kangratal, das schönste Tal der Welt, im westlichen Himalaja. Über die Pässe nach Kashmir und zu Fuß hinauf bis an den Zojila-Paß, an der Grenze von Baltistan. Auf diesen Fahrten öffnet sich Indien, das Land unserer Träume, voller Schönheit und voll Suchens nach Gott. Erbarmungslos treffen die Gegensätze des Lebens von Ost und West aufeinander, das ruhende Sein der Gottsucher, die die Welt so lassen wollen, wie Gott sie geschaffen hat — das rastlose Schaffen des westlichen Tuns, das sie beherrschen und bezwingen will. Gegensätze, in denen sich die Not der heutigen Welt spiegelt, in denen das Schicksal unserer Zeit sich abrollt.