

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 44 (1940-1941)  
**Heft:** 23

**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:** 08.01.2026

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

## Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau.

Keine alten Gummiringe wegwerfen! Der Erfolg des Sterilisierens und Heiß-Einfüllens hängt oft nur von der Güte der Gummiringe ab. Diese werden mit der Zeit, oft erst mit den Jahren, spröde und müssen dann unbedingt ersetzt werden, sonst werden die Gläser niemals halten. Wegen der großen Gummiknappheit sollten beim Einkauf neuer Ringe die alten unfehlbar zurückgegeben werden, natürlich ohne jede Vergütung. Aber die alten Gummiringe können regeneriert und für die Neuproduktion verwendet werden. Wenn auch die neu gekauften im Aussehen nicht so schön sind wie ehemals und auch die Qualität etwas zu wünschen übrig lässt, so werden sie den Zweck gleichwohl versehen, jedoch etwas früher spröde werden. Gehen Sie übrigens mit den Ringen beim Öffnen der Gläser sehr sorgfältig um! Nie soll ein Messer oder ein spitzer Gegenstand dazu verwendet werden. Man halte das Glas oder die Bülacher-Flasche mit dem Kopf voran ein paar Sekunden in lauwarmes Wasser. Dann kann mit Leichtigkeit geöffnet werden. Nach Verwendung des Glasinhaltes sollen die Ringe gut gewaschen, aufgehängt und nach dem Trocknen in einer Blechbüchse verschlossen aufbewahrt werden.

**Mandeln-Ersatz.** Da wir gleich beim Sterilisieren sind, wollen wir daran denken, daß wir die Aprikosensteine, statt sie in den Kübel zu werfen, hübsch aufbewahren, bzw. mit dem Rüttelnacker aufbrechen, um die feinen Kerne herauszuholen. Diese lassen sich sehr leicht schälen (ohne sie vorher etwa in heißes Wasser zu tauchen) und lassen sich sehr gut an Stelle der raren und teuren Mandeln beim Backen und zu Birchermüeli usw. verwenden. Dass beim Sterilisieren und Konfitüre-Einkochen je ein paar Kerne in das Glas gegeben werden sollen, ist ja längst bekannt.

Wie kann man Reinigungsmittel sparen? Darüber hat das Pestalozzianum in Zürich seinen Besuchern eine anregende Lehrstunde vermittelt. Um Seife zu sparen, soll zu Wasch- und Reinigungszwecken viel Regenwasser gesammelt werden, das ja nicht vorerst enthartet zu werden braucht wie Leitungswasser. Zur Enthärtung aber braucht es bekanntlich Soda und unterlassen wir sie, so wird die zur Verwendung gebrachte Seife nicht voll ausgenutzt. Für die Enthärtung des Wassers braucht es 2-3 Stunden Zeit, ausgenommen bei siedendem Wasser, während wir das Regenwasser sofort verwenden können. Für einen Liter Seifenlauge aus Leitungswasser rechnen wir pro Liter Wasser 3 Gramm Soda und 3 Gramm Seife. Es gibt aber auch pflanzliche Waschmittel, die billig anzusehen sind. Wir kochen in 1 Liter Wasser 100 Gramm Kartoffelschalen, die durchgeseitete Lösung ergibt ein schmutzlösendes Waschwasser für seine Woll- und Seidensachen. Für dunkelfarbige Stoffe verwenden wir Efeu- und Brennnessel-Abzüsse; er hinterlässt aber gerne eine leicht grünliche Färbung. Für ganze Kleider und z. B. Uniformen nehmen wir mit Vorteil Kartoffelschalenwasser und Holzaschenlauge gemischt. Mit ersterem kann auch

sehr gut Glas gereinigt werden. Für Silber und Zinn nehmen wir Schlemmkreide, für Kupfer und Messing Holzasche, für Blechwaren Kazenschwänze. Holzbrettli usw. können mit Sand gereinigt werden.

Gegen den Durst ist Haferkleim das beste Mittel! Großer Durst entsteht bei schwerer körperlicher Arbeit und in heißer oder trockener Luft. Dabei kann sich der normale Wasserbedarf des Erwachsenen, der anderthalb bis zweieinhalb Liter pro Tag beträgt, um das Vielfache steigern. Ein Professor der Physiologie hat herausgefunden, daß es nicht zweckmäßig ist, zur Lösung des Durstes große Mengen reinen, kalten Wassers zu trinken. Viel besser durstlöschend wirkt es, warmes Wasser zu trinken und dazu zu essen, mit andern Worten: Suppen zu genießen, die Kochsalz enthalten. In Hizebetrieben ist man deshalb auf Grund jahrelanger Erfahrungen dazu gelangt, das ausgeschwitzte Wasser durch Verabreichung von dünnem Haferkleim zu ersezten. Wer es einmal probiert hat, wird es als eine herrliche Wohltat empfinden.

**Halbarmmachung der Kochbutter durch Einsalzen statt Einfüßen.** Das Einkochen der Butter eignet sich für kleine Quantitäten nicht besonders gut. Besonders für Alleinstehende, die oft nur ein halbes Pfundli für diesen Zweck reservieren können, ist das Einsalzen zu empfehlen, das z. B. in Italien und Frankreich von jeher praktiziert wurde, während unsere Art des Einkochens in manchen andern Ländern fast oder ganz unbekannt ist. Auch verliert die Butter durch das Einfüßen rund einen Fünftel an Gewicht. Beim Einsalzen wird die Butter möglichst gleichmäßig mit feinem Salz vermisch, das wir ja jetzt an Stelle des groben ohne weiteres erhalten. Man rechnet pro Kilo Butter 60-80 Gramm Salz. Beim Vermischen darf jedoch die Butter nicht etwa schaumig gerührt werden. Die geknetete Butter wird alsdann in kleine Stein-guttpföpfe gedrückt, die vorher mit Soda wasser ausgebrüht worden sind. Mit Pergament verbinden und im kühlen Keller aufbewahren. Beim Kochen daran denken, daß die Speisen nicht mehr gefaselt werden sollen, sonst gibt's ein kleines Katastrophli. Man kann zwar der "Gefahr" dadurch entgehen, indem man die Butter vor Gebrauch einige Zeit unter das laufende Wasser stellt, damit das Salz ausgeschwemmt wird. Dabei muß aber nochmals tüchtig durchgeknetet werden.

**Zucchetti** werden je länger je mehr auch bei uns bekannt. Diese gurkenähnlichen Riesenfrüchte können als Salat oder Gemüse verwendet werden. Als Salat werden sie wie Gurkensalat zubereitet. Zu Gemüse nehmen wir pro Kilo Zucchetti etwas Öl, 1 Zwiebel, Peterli und Salz. Die Zucchetti werden ungeschält in Würfel oder Scheiben geschnitten (größere werden geschält und vom weichen Innern befreit). Die feingeschnittene Zwiebel und die Würfel (Scheiben) in Öl bräunlich dämpfen, Peterli und Salz darüber geben und ohne Wasser in der gedeckten Pfanne kurz weichköcheln. Vor dem Anrichten etwas Zitronensaft oder Zucker zugeben, je nach Geschmack. Hanka.

## Bücherschau.

**Lisa Wenger:** „Ein Mann ohne Ehre“. In Ganzleinen gebunden Fr. 7.50. Morgarten-Verlag, Zürich.

Daß uns Lisa Wenger, die heute 82jährige, in ihrem hohen Alter den Roman „Ein Mann ohne Ehre“ schenkt, gehört zu jenen schönen und wunderartigen Tügungen, die man ebenso staunend wie dankbar hinnimmt. — Das Buch „Ein Mann ohne Ehre“ ist aus der kritischen Gegenwartsbetrachtung heraus entstanden, und legt an einem vereinzelten Beispiel eine gefährliche Wunde der heutigen Menschheit bloß: die einseitige Schätzung des Geistes. Da ist dieser gewandte, übergeschickte Othmar Ruscht, ein Jongleur mit geistigen Dingen, der sich durch seine schillernden Hirnkünste, durch die formschöne Beherrschung des Wortes und witzige Schlagkraft seines Geistes Ansehen, allgemeine Anerkennung, äußern Erfolg erobert und einen

ganzen Kometenschweif von Bewunderern und Anbetern hinter sich hat. Im Kern aber sitzt der Wurm. Es fehlt diesem Geist zum edlen Gleichgewicht die Geistinnung, der sittliche Halt, das Verwurzelte. Er ist im zweifachen Sinne, äußerlich und innerlich, ein Mann ohne Vaterland, ein Drückerberger, der sich in die Gemeinschaft nicht einfügen wollte und der dann — das ist von Lisa Wenger in ergrifend glaubwürdiger Folgerichtigkeit dargestellt — auf der Stufenleiter der Schuld und Haltlosigkeit Schritt um Schritt niedersteigt und zum Dieb und Betrüger wird. Bewunderwert an diesem Roman ist nun aber, wie die Dichterin ihren „Helden“ zur tiefen Einsicht, Läuterung und Sühne führt und wie sie in unverwüstlichem Glauben an ein sittliches Walten den Weg zu einem versöhnlichen Schluß findet.