**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 44 (1940-1941)

Heft: 6

**Artikel:** Die Schweizerfrau in ernster Zeit

Autor: Hanka

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-663488

## 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:** 18.10.2025

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

## Gartenarbeiten in der zweiten Hälfte des Monats Dezember.

- 1. Wie schütze ich meine Rosen vor dem Froste? Rachdem wir bereits die ersten Rachtfröste hinter uns haben,
  darfft du es nicht verfäumen, deine Rosen im Garten mit
  einer zweckmäßigen Schuthülle zu versehen. Wenn auch die Gefahr des Erfrierens in geschüßten Lagen nur gering ist, so ist es auch hier angebracht, einem eventuell eintretenden Schaden noch zeitig genug einen Riegel zu schieben. Bevor du mit der Decarbeit beginnst, nimmst du deine Baumschere zur Hand und schneidest mit dieser die vorwißigsten Triebe etwas zurück. Allzu radikal darsst du bei dieser Arbeit deshalb nicht vorgehen, weil sonst der Frost durch das markige Holz nur allzu leicht zu den Burzeln vordringen könnte. Damit du nach einem richtigen Wintersturm das Dedreisig nicht in Nachbars Garten suchen mußt, verankerst du die Tannäste gegenseitig mit Bindeweiden. Das Einbinden der Hochstammrosen möchte ich des unansehlichen Anblickes wegen weniger befürworten. Weitaus besser und schöner ist es, wenn diese auf die Erde gelegt werden, um hier gleich wie die Buschrosen behandelt zu werden. Es ist dies eine Arbeit, die du außerst sorgfältig vornehmen mußt, wenn es dir am Weiterleben deiner Rosenbaume noch gelegen ist. Im weitern kann ich dir sehr empfehlen, die Oberfläche deiner Rosenbeete mit Mist oder Kompost abzudeden. Du kannst damit folgende zwei wichtige Biele erreichen:
  - a) Die Erneuerung der Erde durch die Zufuhr von
  - Humusdunger; b) Ochug bor Wurzelfroft burch ben warmenden Ginflut des Dungers.
- 2. Wie tann ich meine Geerofen und die übrigen Bafferpflanzen bor dem Froste schützen? Bis jest war es dir unbekannt, daß die Geerosen auch in einem Wasserbeden sich eines mehrjährigen Lebens erfreuen. Bergeffen darfft du dabei nur nicht, daß du den natürlichen Schutz des Wassers auf irgend eine Weise ersetzen mußt. Einsach und billig ist die Verwendung von Laub, welches den Pflanzen die notwendige Wärme verleiht. Dem Regen und Schneewasser muß eine hinreichende Nöglichkeit zum Abflusse geschaffen werden.
- 3. Kann ich mir meinen Rompoft felbft herstellen? Diefe Frage möchte ich dir mit einem fräftigen Ja beantworten. Die Kompostherstellung war, dies sei hier ruhig zugegeben, in früheren Jahren eine Geduldsprobe ersten Kanges. Nicht nur drei, sondern bier Jahre mußtest du war-ten, bis du das große Wunder der Komposterde mit den Händen ergreisen konntest. Heute hast du diese Arbeit auf lange Sicht nicht mehr notwendig. Das Zeitalter des beschleunigten Tempos hat auch hier seinen Sieg errungen, Zwei Pulverarten sind im Handel (Adco und Composto Lonza), welche das zähe Leben unserer Garten-abfälle auf ein Minimum verkurzen. Mit beschleunigter Geschwindigkeit bilden sich die nüglichen Bodenbakterien, welche wiederum das Verroten der Gartenabfälle befcleunigen.

  - Der Arbeitsvorgang ist etwa kurz der folgende: a) Aufschichten von Garten- und Küchenabfällen bis zu einer Höhe von 15 cm. Der Komposthausen muß

unbedingt zu ebener Erde angelegt werden, da bei mangelhafter Luftzufuhr anstatt Berwefung Fäulnis eintritt. (Betongruben und dergleichen Behälter sind

deshalb strifte zu vermeiden.) Durchdringendes Begießen dieser Schicht mit Waf-ser oder Jauche. Nun wähle man entweder die eine oder andere der genannten Pulverarten und streue sie gleichmäßig über die erste Schicht (400 g pro qm Fläche). Nach einer weitern Schicht von 15 cm erfolgt genau dasselbe usw., bis der Haufen eine Höhe

von zirka 1 bis 1,25 m erreicht hat. Damit die Feuchtigkeit besser hält, wird der ganze Haufen mit einer dünnen, zirka 3 cm dicken Erd-

schicht abgedeckt.

- d) Umarbeiten des Kompostes nach 4-5 Wochen, bezw. nach 2—2½ Monaten, damit die äußeren Partien nach innen zu liegen kommen. Nach 10—12 Wochen im Sommer oder 4—5 Monaten im Winter, können die auf diese Beise berarbeiteten Gartenabfalle wie Stallmift verwendet werden.
- 4. Antreiben bon Blutenftraucher-3weigen im eigenen Heine. Sehr dankbar sind die zum Antreiben in die warme Stude gebrachten Zweige von Forsthtsien (Goldglöcken), Zierkirschen oder Weidenkätzchen aller Arten. Auf diese Weise kannst du dir während der Wintermonate einen wunderbaren Blütenschmuck in deinem Zimmer halten. Selbstverständlich ist dieser ebenfalls durch Zimmerpflanzen ersetzt, auf deren Kultur und Pflege ich das nächste Wal näher einschen werde Mal näher eingehen werde.

Wichtig ist bei fämtlichen eingestellten Blütenzweigen, daß das Waffer fortwährend erneut wird. Die Haltbarkeit bug dus Wuffer sortiontend erneut wied. Die Antoutiekt der Blüten wird bedeutend gefördert, wenn die Schnitt-flächen von Zeit zu Zeit frisch angeschnitten werden. (Nach Möglichkeit schräg.) Bei sämtlichen Blumenstengeln, welche längere Zeit im Wasser stehen bleiben, bilden sich auf den Schnittssächen Algen. Dadurch wird die Wasserzufuhr sehr ftart behindert.

5. Gemufemieten. Diefe mußt du bon Zeit gu Beit einer gründlichen Kontrolle unterziehen, damit aufgetretene Schäden wie Fäulnis und Mäusefraß sogleich richtig behandelt werden fonnen. (Gorgfältiges entfernen der Faulnisherde begm. ftreuen bon Giftmeigen.)

Sofern die Ballen des eingebrachten Stielmangolds aus getrodnet sein follten, tonnen fie forgfältig gegoffen wer-ben, ohne bag bie Blatter und Stiele babei angefeuchtet werden. Sofern deine Aberwinterungsgrube noch nicht mit Laub geschützt worden ist, mußt du dich unverzüglich auf die "Laubsuechete" machen.

6. Tulpenzwiebeln antreiben. Rachdem die Zwiebeln einen Froft mitgemacht haben, tonnen fie mit dem Topfe in die warme Stube gebracht werden. Hier glauben diese Reime, der Frühling wurde kommen, worauf sie begierig ihr Blattwerk treiben. Sämtliche Frühjahrsblüher können indem sie auf die genannte Weise hinter das Licht geführt werden, bereits ichon im Winter gur Blute gelangen.

Hofmann.

## Die Schweizerfrau in ernster Zeit.

... nie bor Gefahren bleich!" Reulich habe ich eine große Enttäuschung erlebt. In einer hablichen Ortschaft der Zürcher Landschaft hatten das Schweiz. Note Kreuz und die örtlichen Samaritervereine zu einem orientierenden Bortrag betreffend Blutspendedienst für unsere Armee aufgeboten, wobei man auch noch gleich Selegendeit hatte, sich für diesen vaterländischen Oienst zur Berfügung zu stellen. Wie vorausgehend verschiedene Zeitungsaufruse dargetan hatten, ist die Sache für gesunde Personen beiberlei Geschlechts zwischen 20 und 50 Jahren eine absolut harmlese und schwerzlese Angelegenheit. eine absolut harmlose und schmerzlose Angelegenheit, weshalb denn auch mein Stauffacherinnengeist einen Massenbesuch des Bortrages und einen starten Andrang zur Sintragung in die Spenderlisten erwartete. Sind wir es doch den Hütern unserer Freiheit — den im Aktiv-

dienst stehenden Goldaten schuldig, daß wir im Ernstdienst stehenden Goldaten schuldig, daß wir im Ernst-fall bereit sind, ihr Leben erhalten zu helfen. Außer den Mitgliedern des Gamaritervereins hatten sich aber leider nur wenige Leute eingefunden und ich trat tief-betrübt den Heimweg an, nicht ohne folgende Reflexionen: Entweder hatte das Publifum Angst davor, daß ihm gleich nach dem Bortrag ein paar Liter des föstlichen Lebenssaftes abgezapft werden könnte oder — es fehlt uns eben doch der rechte Opfergeist. In diesem Falle hätten wir auf dem Höhenweg der Landi nichts gelernt und sollten im Lukunst mit unsern patrictischen Gemirren und sollten in Zukunft mit unsern patriotischen Schwüren und Sprüchen etwas sparsamer umgeben. Wie wollen wir unser liebes Vaterland mit dem "letten Blutstropfen" verteidigen, wenn wir schon beim ersten Tropfen Angst haben? Ist es uns denn nicht ernst, wenn wir am Bun-

Fortfetung auf 8. Umfolagfeite.

destag mit heiligem Eifer singen: "... steh'n wir den Felsen gleich, nie vor Gefah..."

Frostbeulen sind leider sett bei vielen "gäng und gäbe". Es ist dies eine widrige und schmerzhafte Angelegenheit, zu deren Beseitigung eine ganze Anzahl Mittel empsohlen werden. Ein ausgezeichnetes und zugleich billiges Hausmittel besteht darin, die mit "Gfrörni" behafteten Glieder, seien es nun Hände oder Füße, in Selleriewasser zu baden. Es werden also Selleriesnollen gesotten und nachher das betreffende Wasser für das Baden der kranten Stellen verwendet. Daß Selleriegemüse und -Salat ein ausgezeichnetes Mittel gegen Rheumatismus ist, haben wir — wenn ich nicht irre — unsern lieben Lesenimen schmal verraten.

Aus ausgedienten Strümpfen kann ein ausgezeichnetes Stopfgarn für die im Gebrauche stehenden Strümpfe gewonnen werden. Man schneidet die Rohre längs der Beinnaht auf und wickelt ab, indem man mehrere Fäden zusammen nimmt. Diese windet man auf ein Stückein Karton auf. Die noch guten Strumpfrohre können aber auch zum Berstärken anderer Strümpfe verwendet werden. Ein entsprechend großes Stücken des Trikots wird mit Hexensticken auf der inneren Seite der Ferse und der Fußspisse aufgenäht, was die Lebensdauer der Strümpfe ganzerheblich verlängert.

Noch ein anderer Strumpfhalter-Ersat wird uns empfohlen, nämlich ein abgelegter Hosenträger. An diesem ist meist nur der Teil vergriffen, der einsach getragen wurde, während der durch das Sinstellen doppelte Teil noch durchaus brauchbar ist. Aus einem Paar alten Hosenträgern kann man zwei Paar Strumpfhalter fabrizieren.

Kartosseln sind gesund! Das ist eine ganz neue Entbedung der modernen Rahrungsmittelsorschung. Diese hat ergeben, daß die Kartossel mit Mild, Obst und Gemüse zu den wichtigsten Schusstoffel mit Mild, Obst und Gemüse zu den wichtigsten Schusstoffersgern gehört, die unbedingt nötig sind, um den Ausbau und den normalen störungsfreien Betrieb des Körpers zu garantieren. Der Grund liegt hauptsächlich im hohen Gehalt an Bitamin C, der durchschnittlich 30 Milligramm pro Kilogramm beträgt. Vitamine sind bekanntlich in den Rahrungsmitteln nur in allerkleinsten Mengen vorhanden, aber ihr Fehlen hat schwere Erkrankungen zur Folge. Die Vitamine wird am meisten geschont, wenn man die Kartossel in der Schale kocht oder noch besser, wenn man sie dämpst. Die Kartossel besitzt auch einen kleinen Gehalt an hochwertigem Eiweiß, sowie hohen Sisengehalt. Sie ist deshalb eines unserer wichtigsten Kahrungsmittel, das wir — schon auch eines kelten

seines relativ billigen Preises wegen — möglichst oft genießen follten.
Gefüllte Kartoffeln. Große Kartoffeln werden geschält, ausgehöhlt, in Salzwasser halbweich gekocht, mit einer Fleisch- oder Brotfülle gefüllt und mit dem Deckel ver-

sehen. In einer Pfanne wird Fett zerlassen, die Kartoffeln hineingegeben, etwas Fleischbrühe (aus Würfeln) beigegeben, sowie etwas Bratensauce und zugedeckt weichgefocht. Das Ausgehöhlte kann zu einer Suppe verwendet werden.

Das Bett-"Mümpfeli" der Kinder muß als eine Unsitte bezeichnet werden. Wenn es nicht anders geht, so soll die Schleckerei vor dem Zähnepuben, also während des Ausziehens verabreicht werden und nicht erst im Bett, wenn Mund und Jähne gereinigt sind (oder wenigstens sein sollten). Andernfalls gehen die zwischen den Jähnen liegenden Speiserste in Fäulnis über und der Zucker greift den Zahnschmelz an. Dies deshalb, weil die Speichelabsonderung während der Racht fast gänzlich ruht.

Rußbrot ist ausgezeichnet und hält sich, in geschlossener Büche aufbewahrt, sehr lange gut. Es braucht dazu: 1 Ei, 1 Tasse Juder, eine halbe Tasse Rosinen, 1½ Tassen Milch, 4 Tassen Mehl, 1 Prise Galz, 4 Löffel Backpulver, 1 Tasse gevierreilte Rüsse, 1 Streifen Zitronenschale. Man verarbeitet das Ei mit dem Zuder, fügt dann nacheinander das gesiebte Mehl, Milch und Galz dinzu, indem man gut mischt, dann zulest die Kosinen, die Zitronenschale, das Backpulver und die Rüsse. 50—60 Minuten im Ofen backen.

Hanta.



mit Illustrationen

Versand per Nachnahme durch:

# Koch- und Haushaltungskurs

für Interne und Externe Dauer: Mitte April bis Anfang Oktober 1941

Auskunft und Prospekte durch:

### HAUSHALTUNGSSCHULE ZURICH

der Sektion Zürich des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins Zeltweg 21a, Zürich 7

## Blindenheim für Männer zürich 4

St. Jakobstr. 7 - beim Stauffacher

**Telephon 3.69.93** 

Sessel-Flechteret Rohrmöbel, Korb- und Bürsten-Fabrikation



Soll Dein Geschäft florieren, musst Du inserieren!