Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 44 (1940-1941)

Heft: 9

Artikel: Die Schweizerfrau in ernster Zeit

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-667040

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

"Dom glücklichen Aeben"

Dieser Radiovortrag, der in der Nummer vom 15. Januar 1941 unserer Zeitschrift abgedruckt ist, hat bei einer großen Zahl der Hörer und Leser so lebhaften Anklang gefunden, und wird auch in der Folge so viel Segen stiften, daß wir uns entschlossen haben, diesen "Wegweiser zu einem glücklichen Leben" etwas erweitert in Broschürenform herauszugeben. Der Preis beträgt 75 Rp. Die Abonnenten unserer Zeitschrift erhalten bei Einsendung von 60 Rp. in Briefmarken die Broschüre franko zugestellt. Bestellungen erbitten wir an den Verlag Müller, Werder & Co., Wolfbachstraße 19, Zürich.

Die Schweizerfrau in ernster Zeit.

Reine grauen Haare mehr! In Amerika — natürlich in Amerika, wo sonst anders — haben Ernährungssorscher herausgesunden, daß man sich die den grauen Haaren sehlende Substanz (übrigens ein Vitamin) mittelst Einnahme eines gewissen Medikamentes wieder zusühren und so wieder in den Besitz der ursprünglichen Haarfarbe gelangen kann. Das wäre ja ganz charmant für alle diejenigen — und es sind deren viele — die frühzeitig ergrauen und denen die siblichen Haarfärbemittel keine Erlösung von ihrer Pein bringen wollen. Die Experimente mit der fraglichen Substanz, die "Pantothensäure" genannt wird und die man Bersuchzeiteren (Natten) zu fresen gab, haben zu einem äußerst erfreulichen Ergebnis geführt. Es steht zu hoffen, daß die Sache in absehdarer Zeit auch in Europa "Schule macht", so daß auch wir "Landstürmlerinnen" noch davon prositieren können, obwohl zu graue Haare nicht gerade das Schlimmste ist, was einem im mittelalterlichen Erdendssein passieren kann.

Eine nette und zeitgemäße "Sausmode" hat jüngst eine praktische Hausfrau erdacht. Um unsere Sonntagsund Ausgehkleider zu sparen und zu schonen, tragen wir jett die alten Hauskleider mehr aus als üblich. Um diese nun etwas aufzufrischen bzw. sich ein richtiges "Haustenue" für den Nachmittag und Abend zu konstruieren, wird ein ausgedientes helleres oder buntes Scidenkleid "geschlissen". Wir nehmen die noch hübsche Rückseite und fabrizieren eine nette, ziemlich große Zierschürze, von einem Volant umgeben. Vom gleichen Material nähen wir uns ein paar Armelschoner, die wir bauschig gestatten, vorn mit einem "Priesli", hinten mit einem Elastique versehen. Zu guter Letzt wird noch ein kleines "Schärpli", ebenfalls aus dem gleichen Stoff — fabriziert, und die dreiteilige Kombination wird über die älteren Hauskleider getragen. Selbstverständlich eignet sich diese "Ualeggete" weder zum Semüserüsten, Kochen, Abwaschen, Schuheputen, Fegen oder Waschen, sonden, Abwaschen, Schuheputen, Fegen oder Waschen, sondern, Abwaschen, Schuheputen, Fegen oder Waschen, sondern wird erst am Nachmittag, für die Käharbeit, zum Slätten usw. angezogen, wo sie dann aber Furore machen wird.

Leere Konservenbüchsen müssen jeht den Lebensmittelgeschäften zurückgegeben werden, insofern wir von den Konservenfabriken erwarten, daß sie im Interesse unserer Landesversorgung im kommenden Sommer ihre Lager füllen. Es fehlt der Konserven-Industrie an Blech, darum soll jede geöffnete Büchse sauber gewaschen dem Seschäftzurückgegeben werden. Beim Sfinen muß der Deckel ganz entsernt werden, die Büchse soll besonders auch in den inneren Fugen mit beißem Wasser ausgewaschen werden, damit sich kein Wost ansetz. In den Konservenfahrsten werden is Büchsen mit Dampf gereinigt und inwendig mit einem Spriklack überzogen, der bei hoher Temperatur eingebrannt wird. Auf diese Weise sind die Büchsen wieder wie neu. Wenn jährlich Millionen von Büchsen wieder wie neu. Wenn jährlich Millionen von Büchsen in die Konservenfahriken zurücksommen, so wirdes diesen auch möglich sein, genügend Vorräte an Konstüre, Früchten, Semüsen und Fleisch zu konserven. Ubrigens zahlen die Lebensmittelgeschäfte für ganz roststeie, saubere, unverbeulte Vächsen eine ganz kleine Entschädigung, nämlich 3 Kp. süchsen eine ganz kleine Entschädigung, nämlich 3 Kp. für die 1/2 Vächse (hohes Format) und 5 Kp. für die 1/4 Vächse (1 Liter). Immerhin wieder ein kleiner Kebenverdienst für die Haussfrau.

ilm Seife zu sparen, möchten wir ein paar Winke geben. Bor allem: Die Seife nie im Wasser liegen laffen! Dann jedes Waschwasser, also auch das zum Abwaschen und zu Putzwecken dienende, vorerst durch Bleichsoda oder gewöhnliche Soda enthärten und den Kalkgehalt abschöpfen. Andernfalls geht auf 50 Liter Wasser ein Viertelstoh Seise berloren. Jum Waschen wollener Sachen kann sehr gut auch Vorax verwendet werden. Im Tessin und Graubünden wird die große Wäsche — statt wie bei uns in einer Seisenlauge gesotten — mit heißer Aschenlauge andauernd übergossen. Dazu braucht es aber reine Holzasche, von der 200 Gramm zusammen mit 2 Litern Wasser eine vorzügliche helle Lauge ergeben, in der alles gewaschen werden kann. Für dunkse Stoffe kann man — falls Panamarinde einmal nicht mehr erhältlich gemacht werden kann — warmes Kasseewasser, Spheublätterabsud oder Brennesselswasser, epheublätterabsud oder Brennesselswasser, epheublätterabsud oder Brennesselswasser berauch stehende Hand- und Toilettenseise vor unnübem Berschless zu schüssen, bedecken wir die untere Seite mit einem Staniolpapier, so daß das Stück immer nur von der einen Seite abgenützt wird.

Kein Nachteil durch Alluminiumgeschirt! Die Frage, ob die Zubereitung von Lebensmitteln in Alluminiumgefäßen zu Vitaminberlusten führen könnte, ist neuerdings sehr genau untersucht worden und hat zur Beruhigung unserer Hausfrauen zu einem negativen Ergebnis geführt. Nach eingehenden Prüfungen an einer Wiener Technikertagung kam man zum Schlusse, daß das Kochen von Milch und andern Nahrungsmitteln in Alluminiumpfannen absolut keine Vitaminzerstörung mit sich bringe.

Rabisgerichte sind jest "en vogue". Lassen wir mal den gehackten Kabis beiseite, es ist ja schade um die prächtigen festen Weißkabisblätter, sie durch die Maschine zu drehen. Prodieren wir einmal folgendes gedämpste Kabisgemüse: Einen Kabiskopf auseinandernehmen, waschen und sehr gut abtropsen lassen. In einer Kassersen ist eine große geschnittene Zwiedel hinzu, die sie hellgelb ist und sügt die Kabisblätter bei. Zudecken und auf gutem Feuer unter österm Wenden etwa 7 Minuten dämpsen lassen. Etwas Fleisch oder Würselbrühe beigeben, salzen und weich, das heißt nicht zu weich werden lassen. An Stelle des Speckes kann auch Fett verwendet werden. Dieser Kabis mundet vortresslich und wird sehr gern gegessen. Kabis mundet vortresslich und wird sehr gern gegessen. Lassenwassen halbweich kochen, dann gut vertropsen lassen. Lagenweise in eine seuerselte Form einschichten, abwechselnd mit Fleisch- oder Wurstresten. Mit etwas Gemüseder Fleischrühe oder Rahm übergießen, mit geriebenem Käse überstreuen und im Backosen überbacken.

Eine vollwertige Ernährung hilft über schwere Zeiten hinweg. — Für alle Salate



den feinen Citronenessig aus dem Saft der wertvollen und würzigen Citrone.