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

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

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

**Heft:** 12

**Artikel:** Die Schweizerfrau in ernster Zeit

Autor: Hanka

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-668060

## 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

## Die Schweizerfrau in ernster Zeit.

D wie schade! Binnen weniger als einem halben Jahre feiern wir den 650jährigen Bestand der Sidgenoffenschaft. Wir feiern ihn inmitten eines blutgetrankten Europa, und die Gorge um die Zukunft wird schwerer als je auf uns allen laften. Es sind Sorgen ideeller, wirtschaftlicher und finanzieller Art. Die letztern wären und erspart geblieben, wenn beim Rütlischwur die 33 Sidgenossen gleichzeitig eine Hilfs- und Benfionstaffe gegrundet hatten, indem jeder nur 10 Rappen einbezahlt hatte. Diefes Meufnungstapital von Fr. 3.30 zu 4 Prozent Zinsen angelegt, wäre bis zum Jahre 1940 mit Zins und Zinseszins auf 350 Milliarden Franken angewachsen, aus deren Zinsertrag man heute sedem Einwohner der Schweiz eine monatliche Rente von Fr. 250 ausrichten konnte. Es war' zu schon gewesen! Statt dessen konnen unsere Nachkommen diese Rechnung nur mit den ihnen hinterlaffenen Schulden anstellen! ("Gludlich ift, wer bergift, was mal nicht gu andern ist!")

Wir leben gegenwärtig in einer Jahreszeit — in der man sich leicht erkälten kann und in der Schnupfen und Katarrhe an der Tagesordnung zu sein belieben. Die meisten Leute geben sich gerade in dieser Sache einem strässichen Fatalismus hin (obwohl man in vielen andern Fällen mit Vorteil Fatalist sein kann), indem sie meinen, daß so ein märzlicher Vorfrühlings-"Hatschiil!" obligatorisch sei. Dies ist eine ganz falsche Auffassung, und es ist ein Glück, daß ein gelehrtes Haus zu Nutz und Frommen der schnupfengeplagten Menschheit ein einfaches Vorbeugungsmittel in die Welt hinausposaunt hat. Ich sage abgungsmittel in die Welt hindusposaunt hat. Ich jage ab-sichtlich: Vorbeugungsmittel, oder etwas vornehmer: Prophhlaxe, denn wenn der "Pfinisel" schon da ist, nüst das Mittel keinen Kabis mehr. Also, sobald ein leichtes Kratzen im Halse sich bemerkbar macht, und man erstmals nacheinander in allen Tonarten niesen muß, kurz, wenn der Schnupfen seine Visitenkarte abgegeben hat, dann ber Schnupfen seine Visitenkarte abgegeben hat, dann

"hantli" ein Glas Wasser bereitstellen, einen Tropfen Jodinktur hineinträufeln, austrinken und —der Schnupfen ist "coupiert". Dies ist kein Aberglaube aus der "Bolksmedizin". Gogar ein berühmter Chirurgieprofessor hat in der ärztlichen Fachpresse darauf hingewiesen. Die Sache beruht nämlich auf dem homsopathischen Beilge-danken und dem bekannten Grundsat; ein Mittel oder ein Stoff, der in größerer Dosis bestimmte Krantheitserscheinungen herborruft, tann in allerkleinsten Saben ebendiese heilen: Ahnliches mit Ahnlichem behandeln! Große Dosen Jod verursachen Schnupfen, also können ganz kleine ihn verhindern oder sogar beilen. Die Prozedur muß täglich dreimal wiederholt werden. Die Anwendung ist auf jeden Fall unschädlich und man darf ruhig sagen: "Rügt's nut, so schadt's nut!"; aber schmeden tut das Zeugs abscheulich. Alber — wa tut man nicht, wenn man vermeiden will, (abgesehen von der verminderten Leistungsfähigkeit des ("Berschnupften"), einen roten "Zinggen" an der Frühlingssonne spagieren führen zu muffen.

3wei "Schneider-Kniffli" für Hausfrauen, die ihre Garberobe felber nähen, sind folgende: Um Fadenschlag zu iparen und um das langweilige "Schlidlen" zu umgehen, wird der Fadenschlag vor dem Gebrauch durch geschabte Schneibertreibe gezogen. Mit dem fo eingefreideten, knotenlosen Faden zieht man alle zu bezeichnenden Linien mit Seftstichen nach. Beim Berausziehen des Fadens bleiben

Die kleinen Kreidepünktchen deutlich stehen.

Weiße Kleidertragen sind nur schön, wenn sie wirklich blendend weiß sind. Sie mussen deshalb sehr oft gewaschen werden. Zeitraubend ist dabei das Auswechseln, baw. wieder Einheften der sauberen Kragen. Biel rascher geht's, wenn man den innern Rand der Kragen mit einer fort-laufenden Knopflochreihe (2 feste Maschen, 5 Luftmaschen usw.) behätelt. Auf diese Weise passen sie sich leicht jedem Kleidausschnitt an, dem man ein halbes Dutend Knöpf-

Gas fparen! wird immer wieder unfern Sausfrauen gugerufen. Wer Gas fpart, fpart Rohlen und Geld. Der Be-

ratungedienst des Gaswerts der Stadt Burich hat ein paar wertvolle Ratschläge herausgegeben, von denen wir die wichtigften hier aufführen:

Wenn die Flamme nicht richtig brennt, muß fie durch einen Fachmann reguliert werden, sonst geht unnut Gas

Die Pfanne erst aufsegen, dann anzunden; erst auslöschen, dann wegnehmen und - stets gutschließende Dedel verwenden.

Die Flamme darf nie über den Pfannenboden hinauszüngeln, die Flammenspise soll sich 2 cm innerhalb des Bodenrandes befinden. Die Flamme kleinstellen, sobald es

focht, die fleine Flamme genügt, um weiterzutochen und ift um 80 Prozent billiger. Alle angekochten Speisen lassen sich übereinander fertig tochen. Wenn wir feinen Auffagring haben, legen wir den Dedel verkehrt auf die Pfanne und stellen die andern Töpfe darauf.

Beim Baden foll der Badofen stets voll ausgenützt wer-den. Bormarmen ist nicht notig. Es lassen sich gleichzeitig verschiedene Speisen nebeneinander im Ofen zubereiten,

3. B. Braten und Kuchen usw.
Sogenannte "Gassparer", die in die Brenner eingebaut werden, sind nicht zu empfehlen. Sie nüten nichts und fosten viel Geld. Asbest und Stahlunterlagen brauchen bis zu 50 Prozent mehr Sas, sind also nicht ökonomisch. Das "Turmkochen" ist daher borzuziehen.

"Lutmiogen ist duset vorzugeichen. Benn jede Schweizer Hausfrau im Jahr nur einen Kubikmeter Gas einzusparen versteht, das heißt 25 Mp., so bedeutet das für unser ganzes Land eine jährliche Rohleneinsparung von 1800 Wagenladungen zu 10 000 Kilonum.

gramm. Alfo lohnt es fich "baumig'

Wenn Thuen die Polenta verleidet ift, fo fabrigieren Sie aus ihren Maisvorraten einen besonders den Kindern mundenden

Maistuchen: 1 Taffe Mais, 1 Taffe Mehl, 1 Taffe Grieß, 1 Taffe Milch, 1/2 Taffen Zucker, 1 Ei, 1 Eflöffel flüssig gemachte Butter, etwas Weinberren und 1 Bad-pulver werden in dieser Reihenfolge angerührt, in die ge-fettete Springform gegeben und in ¾ Stunden gebacken. Raffee dazu.

Ralider Golagrahm ift erlaubt: Bon einem halben Liter Mild nehmen wir drei Efloffel "oben-ab" und ruhrea damit einen gehäuften Efloffel Kartoffelmehl oder Maigena an. Dann geben wir in die übrige Milch drei Eglöffel Zuder, lassen sie zum Kochen bringen und geben das Teiglein hinein. Auskühlen lassen und stets mit dem Schneebesen etwas schwingen. Dann gibt man etwa 200 Gramm Quart langfam hinzu und schlägt alles tuchtig Hanta. durcheinander.

Viele Leute wissen nicht, daß Nettich außerst gesund ist. In Griechenland werden Rheumatismus und Ischias mit Auflegen von geschabtem Nettich geheilt. Nettich-Galat heilt von innen heraus. Nettichsalat ist außerst gesund, dabei leider wegen seiner zeitweiligen Schärfe wenig beliebt. Er wird meist falsch zubereitet. Der geraffelte Rettich wird mit etwas Salz gemischt und stehen gelassen. Das Salz zieht den Saft heraus und nun mischen wir kurz vor dem Anrichten mit Nahm und Eitrovin. Rettich ist einer der Salate, die mit Rahm sogar besser schmeden als mit S!! Der Nahm macht ihn mild, weiß und saftig. Er verträgt keine weiteren Beigaben, wie etwa Senf, Zwiebeln oder Grünes. Es wäre zu wünschen, daß diese heilkräftige Knollenfrucht mehr auf den Tisch fommt.

Ceder für fich foll der Rechte fein, bann wird auch 1 ) bas Bolf in Maffefich als bas Rechte barftellen.

Jeremtas Gotthelf.