Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 45 (1941-1942)
Heft: 14

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: 16.12.2025

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

Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau.

Heiserkeit ist bei diesem tückischen Aprilwetter an der Tagesordnung. Handelt es sich um ein soeben aufgetretenes Übel, wird eine Handvoll Mandeln in einer Tasse Milch aufgekocht und diese vor dem Zubettegehen so heiß als möglich getrunken. Ist die Sache jedoch chronisch geworden, dann hilft folgendes: Kochsalz wird in einer Pfanne geröstet, in einen alten Strumpf gefüllt und um den Hals gebunden.

Ananas — gegen Zahnfäule. Ein amerikanischer Forscher hat herausgefunden, daß die Ananasfrucht ein ausgezeichnetes Mittel gegen Zahnfäule sei, da sie einen sehr großen Gehalt eines bestimmten Vitamins besitzt. Im Gegensatz zu konservierten Gemüsen, die als Büchsenkonserve je nach der Jahreszeit einen Teil ihrer Vitamine einbüßen, bewahrt nun die Ananas auch bei der Konservierung ihre zahnfäulniswidrigen Stoffe unverändert fort. Merken wir uns dies, wenn nach dem Kriege diese köstliche Frucht wieder aus Hawai zu uns nach Europa kommt — hoffentlich billiger als je!

Die meisten Unfälle — im Haushalt! Eine große amerikanische Versicherungsgesellschaft hat 117 000 Unfälle auf die nähern Umstände untersucht und herausgefunden, daß das Unfallrisiko im Haus doppelt so groß ist wie im Auto, auf der Bahn, im Schiff oder Flugzeug. Vor ein paar Jahren verunglückten von Versicherten der betreffenden Gesellschaft innert dem gleichen Zeitraum 15 000 im Beruf, 28 000 im eigenen Heim. Teppiche, Gegenstände, die woanders hingehörten, Treppen, Leitern, schlecht beleuchtete Gänge waren die Ursache verhängnisvoller Stürze, Scheren und Messer werden achtlos liegengelassen, Scherben liegen herum und Nadeln werden oft in den Mund genommen. Auch werden Lichtschalter oft mit nassen Händen berührt. Dies alles sind gefährliche Gewohnheiten, die viel mehr Schadensfälle verursachen, als man anzunehmen geneigt ist.

Kartoffeln nicht dämpfen! Im Gegensatz zu gewissen Ansichten, die das Dämpfen der Kartoffeln propagieren, kommt die „Münchner medizinische Wochenschrift" auf Grund eingehender Laboratoriumsversuche zu ganz andern Ergebnissen. Es konnte nachgewiesen werden, daß die Verluste an Mineralien und Vitaminen beim Dämpfen ungleich höher sind als beim Kochen, wobei ein Kochsalzzusatz zum Wasser noch geringere Vitamin-C-Verluste zur Folge hatte. Im übrigen lassen sich Nährwertverluste beim Wässern und Garkochen erheblich verringern, wenn die Kartoffeln unzerteilt gekocht werden. Beim Bereiten sogenannter Salzkartoffeln ist der Geschmacksunterschied bei kleingeschnittenen und nur halbierten Knollen evident. Je größer die Klötze, desto schmackhafter die Kartoffeln.

Fleischlos — und dennoch gut.

Überbackene Zwiebeln. 1 Pfund mittelgroße Zwiebeln schälen, in der Suppe halbweich kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Abkühlen lassen und in wenig Mehl „tröhlen", in heissem Fett überbacken. Mit Schnittlauch und Käse oder Tomatenpüree versehen. Zu Reis oder Kartoffelstock servieren.

Apfelcharlotte. Einbackscheiben nochmals durchschneiden, in gezuckerte Milch tauchen und eine Auflaufform damit auslegen. In die Mitte fein geschnittene Äpfel, mit Zucker und Sultaninen vermischt, geben. Als Abschluß Einback darüber geben und ein paar Butterflöckchen darauf. Bei mittlerer Hitze eine halbe Stunde backen. Kaffee und Käse dazu. Hanka.

Leider ist in letzter Nummer ein sinnstörender Fehler stehengeblieben. Beim Abschnitt „Wie kommen wir mit den 2000 Fleischpunkten aus?" sollte es in der 7. Zeile heißen: =750 Punkte (nicht 570), was sich unsere Leserinnen bitte merken wollen. Die Redaktion.

Bücherschau.

Die große Wende in Zürich. Otto Münchs Zwinglitüre am Großmünster, erläutert von Prof. Dr. Oskar **Farner,** und Prof. Dr. Hans **Hoffmann.** Aufnahmen von Ernst Winizki. Zwingli-Verlag Zürich. In Großformat Preis gebunden Fr. 15.50. 76 Bilder.

E.E. Im Jahre 1938 hat der Bildhauer Otto Münch durch Privatinitiative die Zwinglitüre am Großmünster geschaffen. Es ist ein Kunstwerk von bleibendem Wert geworden. Auf 24 quadratischen Feldern sind die markanten Episoden aus dem Leben Zwinglis dargestellt. Von diesen Broncereliefs sind nun treffliche photographische Aufnahmen gemacht worden. Der hervorragende Zwingliforscher Oskar Farner, heute selber Pfarrer am Großmünster, erzählt auf Grund eingehender Forschungen das Leben unseres Reformators, und Hans Hoffmann würdigt die Kunstleistung des Bildhauers. Der Photograph Winizki hat ein Meisterwerk geleistet. So ist ein Prachtwerk zustande gekommen, das jeder Zürcher mit Begeisterung begrüßt, und wer der schweren und großen Zeit der Reformation auf den Grund geht, kann an diesem Buch so wenig vorbeigehen, wie an der Türe, die jeden zum Verweilen zwingt, der die Münstertreppe heraufsteigt. Bildhauer, Photograph, Historiker und Kunstgelehrter haben zusammengearbeitet, und das Buchgewerbe hat alles hinzugetan, um in einem prächtigen Bande die Gestalt Zwinglis wieder aufleben zu lassen. Es ist geradezu Pflicht eines jeden Zürchers und Freundes der Schweizergeschichte, dieses Buch in seine Bibliothek zu stellen. Es ist ein Volksbuch geworden, das allen kunstverständigen Kreisen, nicht nur dem Fachmann, dient. Die Ausstattung des Bandes läßt nichts zu wünschen übrig. Kein schöneres und edleres Geschenkwerk läßt sich denken als dieses Zwinglibuch.

Alfred Flückiger: Knirpse. Ein Buch für junges Volk. Mit 63 Illustrationen von Vreni Zingg. Rascher-Verlag, Zürich. Fr. 7.50.

Wir erleben mit diesen Knirpsen die goldene Freiheit der Jugend, ihr Wagen, ihr Hoffen, ihr Tasten und Versuchen — und ihre entzückende Kameradschaft. So jung sie sind, schimmern doch Tiefe und Verständnis gegenüber dem Ernst des Daseins, der echten Freunde und dem Schmerze durch. Es sind alles keine Stubenhocker! Draußen am See, im Feld und Wald verleben sie ihre köstlichen Stunden. Und jeder hat das Recht, fröhlich und wild zu sein, so, wie rechte Buben sind. Bemerkenswert gut geraten sind die feinen und zahlreichen Zeichnungen von Vreni Zingg, die die Texte mit viel Humor und Originalität begleiten.

Frau Brigitte, Auf der Sonnenegg. Erzählungen. Gebunden Fr. 3.—. Walter Loepthien Verlag, Meiringen.

Diese sechs Erzählungen, so unterschiedlich sie unter sich in der Art der geschilderten Lebensschicksale sein mögen, eines haben sie gemeinsam; sie sind alle flott erzählt, alle haben irgend eine Lebenserfahrung, ein Erlebnis zur Vorlage, das dann eine geschickte Hand zu ansprechenden Erzählungen zu formen wußte. Menschen von Fleisch und Blut, Menschen, die lieben und irren können, glauben und hoffen, deren Herz sich nach dem Ewigen sehnt und schließlich dieses auch finden, treten uns in diesen Geschichten entgegen. Wir haben es hier mit Erzählungen zu tun, deren jede irgend eine Wahrheit enthält.