Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und

Kunst

**Band:** 14 (1924)

**Heft:** 38

Rubrik: Frau und Haus

#### 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:** 30.11.2025

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



# \* Frau und Haus \*



### **Bygienisches**

#### Ragelpflege.

Ein wichtiges Kapitel der täglichen Körperpflege handelt von der Behand-lung unserer Nägel. Merkwürdigerweise werden gerade die Rägel, obschon sie das Aussehen der Hägel, obschon sie das Aussehen der Hägel, obschon sie das Aussehen der Hägel von Eitelkeit nicht frei weiß, ist in bezug auf die Pflege leiner Rägel von einer unbegreiflichen

Lässigkeit.

Wie viele oder richtiger wie wenige verstehen aber auch, ihre Fingernägel in der richtigen Weise zu behandeln! Eitle Modeschwärmer segen den Hauptwert aut die besondere Form des Nagelvandes. Früher trug man die Nägelvandes. Früher trug man die Nägelvanden die Fingersuppen hinüberragten; dann wurde diese Berunstaltung nur dem kleinen Fingernagel zuteil, und wie wir hören, auch heute noch von instischen Nabobs, die dieser lächerlichen Sitte in geradezu unglaublicher Weise huldigen. Bei uns stutt man den freien Rand so zu, daß die Mitte des Nagelvands wie ein abgestunnpfter Keil hervorragt. Das Beschneiden der Nägel geschieht am besten mit einer nach der Fläche gekrümmten, nicht spitzigen Schere. Die in den Nagelsalz übergehenden Nagelränder dürsen nicht zu ties einzeschnitten werden, weil dies nicht gut aussieht und dem Einwachsen der Nägel Vorschub leistet. Ist die Schnittsstäde nicht vollkommen eben und glatt, so wird sie mit einer seinen Feile korzigiert.

Die Reinigung der Nägel, die der Seisenwaschung vorauszugehen hat, geschieht am besten mit einem stumpfspitzigen Instrument. Spike Nagelpuker aus Stahl sind unzwedmäßig, weil sie leicht Verletzungen hervorrusen. Nach Waschen, Reinigen und Veschmeiden wird mit dem unteren spatelstörmig verbreisterten Ende der Nagelsteile oder statt ihrer mit dem Fingernagel der anderen Hagelrand zurückgeschoben. Das muß

täglich geschehen.

#### Uebergenuß an Rochfalz

kann bedenkliche Folgen haben. Solche Leute haben gewöhnlich eine gedunsene, unreine und fahle Haut, die häufigen Ausschlägen, Flechten und anderen Haufübeln ausgesetzt ist. Bekannt sind die kleineren Wirkungen, die sich schon in Ausnahmefälken des Genusses versalsener Speisen aufdrängen, vor allem das peinigende, schier nicht zu sättigende Durftgefühl. Leute, die gewohnheitsmäßig viel Salz zu sich nehmen, pflegen auch viel Flüssissteit aufzunehmen, was ihnen wieder andere Beschwerden bereitet. Man kann sich wohl daran gewöhnen, den Salzzusatz zu den Speisen nach und nach heradzuseten. Freisich darf das nicht ins Gegenteil überschlagen; auch der Kochsalzmangel hat seine Schä-

den. Die Höchstmenge des täglichen Rochsalzverbrauches eines Erwachsenen läßt sich auf 7 Gramm festlegen.

## Küchen-Rezepte

#### Wachsbohnen mit Ridelfauce.

Recht gute, gleichmäßige Wachsbohnen werden gepuht, gewaschen, je 8 bis 10 Stück in kleine Bündel zusammengebunden und in kochendem Salzwasser weichgebocht. In einer Tasse Nibel oder Milch vergutrlt man einen Löffel Mehl, verkocht dieses mit etwas Bohnenwasser zu einer dicklichen Sauce, gibt etwas Salz und Zitronensaft daran und legiert zusleht mit 1—2 Eidottern. Bon den heißegestellten Bohnen werden die Fäden entsetnt, nach dem Abtropfen auf einem Siebe richtet man das Gemüse wie Spargel auf erwärmter Schüssel an und gibt die Sauce in einer Sauciere dazu.

#### Raseauflauf.

50 Gr. Mehl und 100 Gr. Butter werden mit einem halben Liter Milch oder Sahne aufgekocht, dann mischt man 200 Gr. geriebenen Schweizers oder Barsmesankösen, ninmt die Masse vom Feuer, mischt fünf Eidotter darunter, und läßt alles verkühlen. Rurz vor dem Backen zieht man den steisen Schnee der fünf Eiweiß leicht unter die Masse, füllt sie in eine gut mit Butter ausgestrichene Auflaufform und läßt sie in mäßig heis hem Ofen 10—15 Minuten backen. Die Form darf nur halb gefüllt werden. Der Auslauf muß heiß serviert werden.

#### Suppe auf polnifdle Art.

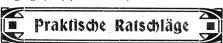
Man koche eine kräftige Bouisson und lege etwas Reis (etwa eine halbe Tasse voll) hinzu. Kurz vor dem Anrichten nehme man ein halbes oder — je nachsem — ein ganzes Bierglas saure Sahne, vermische sie mit einem Teelöffel Butter und ebensowiel Mehl und lasse lie, von der Bouisson nach und nach zulegend, apart aufkochen. Dann füge man diese Mehlschweitse mit Sahne der übrigen Bouisson bei, und lasse alles noch einmal aufkochen. Zum Schluß gibt man noch 1—2 Zitronenscheiben in die Suppe, die vor dem Austragen durch ein Sieb gegossen werden muß.

#### Sardellenidmitten.

Man hadt eine beliebige Anzahl ausgegräteter Sarbellen fein, vermischt sie gut mit zwei hartgekochten Eidottern, rührt sie mit wenig frischer Butter und zwei die Nere Löffeln Provenceröl zu einer dicken Masse an, und mischt einen Teelöffel Senf, eine Messersitie, geshacte Kapern und einen Löffel Weinelsig darunter. Geröstete Brotschnittschen, denen man eine zierliche Form gegeben hat, werden mit dieser Masse bestrichen und nach Belieben noch mit in feine Streischen geschnittenen Sarbellen verziert.

#### Warum Sefeteig fo oft migrat?

Das gute Gelingen des Sefegebäck hängt nicht nur von der Bearbeitung des Teiges und der Berwertung guter Sefe ab, sondern vor allem von der Berwendung des nötigem Quantums an Befe, zu einer bestimmten Mehlmenge. Zu wenig Sese lodert den Teig nicht genügend, zu viel Sese macht ihn troketen und grobporig. Leichter Teig mit wenig Zutaten, wie Butter, Rosimen und Mandeln braucht weniger Sese als schwerer Teig, mit reichlicher Berwendung dieser Geschmaatsverbesserer. Für leichten Teig rechnet man auf 500 Gr. Mehl 15—18 Gr. Sese, für schweren Teig 25—30 Gr. Alle Zutaten müssen der Seseteig muß vor Zug geschützt am warmen Ort aufgehen und so lange bearbeitet werden, bis er glänzend wird. Weicher Teig geht seichter, sesse teig geht schwerer auf.



#### Glas zu brechen.

Das Glas wird in der Richtung, wie es brechen soll, mit einem umgedrehten Flachs= oder Hanffaden umwidelt, und dieser, nachdem er gut mit Terpentin getränkt ist, unter langsamen Umdrehen des Glases abgebrannt. Die Linie wird dann mit kalkem Wasser übergossen. Nun lätzt sich das Glas ohne Schwierigkeit brechen.

#### Reinhalten der Rleiderbürften.

Es ist nicht zu bestreiten, daß durch die Benutzung von Aleiderbürsten, die nicht regelmäßig gereinigt werden, die Aleider oft mehr leiden, als durch den Staub und Schmutz selbst. Die Reinisgung der Bürche kann erzielt werden, indem man mit einer Hand ein Stückreines Papier an eine Tischkante, über eine Stuhllehne usw. drückt und hieran, während man das Papier nach sedem Auf- und Abstreichen etwas vorschiebt, die Bürste so lange abreibt, die Barite so sas Papier nicht mehr schmutzig wird.

#### Ein gutes Mottenpapier

bereitet man durch Aufstreuen von Naphtalinpulver auf mit einem Alebstoff versehene Blätter und Festmachen des Pulvers mit einer Presse. Zum Gebrauche lege man die Blätter einfach zwischen die Kleidungsstücke.

#### Einen Spiegel

foll man nie dem direkten Sonnenlicht aussetzen, da das Licht den Quecksilbers belag zerstört und so das Glas durchs lichtia macht.

#### Behandlung der Gummifdläuche.

Man ärgert sich oft über undichte oder brüchige Gummischläuche. Da ist es nicht nutslos zu wissen, daß Gummischläuche geschmeidig werden und an Dichtigkeit gewinnen, wenn sie zuweilen mit einer Mischung aus reinem Spiritus und gustem Del abgerieben werden.