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

**Band:** 21 (1931)

**Heft:** 19

**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:** 05.02.2026

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

# Frau und Haus

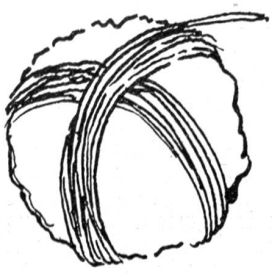
PRAKTISCHE HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, KÜCHEN-REZEPTE

## Spiel- und Beschäftigungsecke.

### Lustiges Wollbällchen.

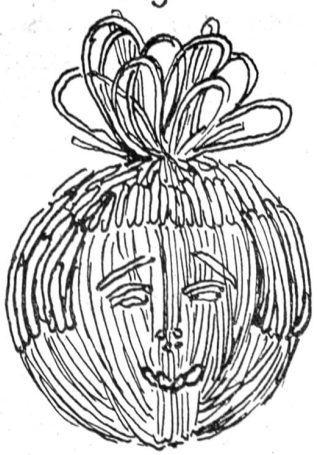
Die Herstellung dieses niedlichen Wollbällchens ist ganz einfach. Man umwickelt zunächst einen Flaschenkork — die Größe desselben richtet sich nach der Größe des Bällchens (also etwa 1—4 Zentimeter Durchmesser) — mit Watte oder Papier, so daß eine Kugelform entsteht. Hierauf wird die Form in der auf Fig. 1 gezeigten Weise mit Wolle über-

Fig. 1.



wickelt. Für das lustige Bällchen eignet sich am besten rosa oder hellbraune Wolle. Man legt die Wolle zunächst in senkrechter, dann in wagrechter und schließlich in diagonaler Richtung, wobei man beachten muß, daß die Form gleichmäßig rund wird. Ist die ganze Kugel entwickelt, so daß von der Papier- oder Watteunterlage nichts mehr zu sehen ist, so wird das Bällchen zuerst mit brauner Wolle überstickt. Man macht — wie es Fig. 2 veran-

Fig. 2.



schaulicht — große Stiche, um das Haar oben und an den Seiten zu markieren. Augen, Nase und Mund werden mit roter Wolle bezeichnet. Der lustige Kopf wird dann noch mit einem aus verschiedenfarbigen Wollresten gebildeten Schopfe verziert. Die Rückseite des Bällchens kann entweder auch mit einem Gesicht versehen oder mit Haaren verdeckt werden. Auf ähnliche Weise kann man auch andere Gesichter, z. B. Max und Moritz u. a., herstellen und den Kindern viel Vergnügen bereiten. H. G.

## Praktische Ratschläge.

### Frühjahrskräuter.

Sie sind besonders auch für unsere Kinder sehr gesund. Nährsalze und Vitamine sind dem Wachstum notwendig und besonders in jedem grünen Gemüse vorteilhaft. Eines der ersten Kräuter ist die Kresse, Garten- oder Brunnenkresse. Auf Butterbrot gestrichen, ist sie für die Kinder besonders zu empfehlen, ferner kann sie als Gemüse, Salat, zu Suppen und Saucen verwendet werden. Für Salat bereitet man eine gewöhnliche Salatsauce oder, falls man sie kräftiger wünscht, verrührt man das Gelbe von 1—2 hartgekochten Eiern darunter und schneidet das Weiße in Streifen und garniert damit. An Stelle des Essigs ist Zitronensaft vorzuziehen; ich kann hier besonders den reinen Zitronensaft Dr. Wanders namentlich für Kinder bestens empfehlen. Dieser beeinträchtigt den feinen Geschmack der Kresse in keiner Weise. Für Suppe wird die Kresse mit Zwiebeln fein gewiegt, dann mit Mehl in Butter gedämpft, mit Wasser abgelöscht, gesalzen und nach Belieben mit in Stücken zerschnittenen Kartoffeln aufgekocht. Es kann auch geriebenes Brot verwendet werden. Man richtet die Suppe über etwas Rahm oder ein zerschlagenes Eigelb an. Zu Gemüse wird die Kresse sauber von den Stielen gepflückt, mit siedendem Wasser überbrüht und sofort mit kaltem abgeschreckt. Nun wird sie in Butter weich gedämpft; nach Belieben fügt man etwas Fleischbrühe oder auch ein Würstchen oder etwas Speck bei zum Mitdünsten.

Die Brennessel wird in gleicher Weise wie Spinat bereitet. Sie ist sehr kräftig und ergibt ein vollwertiges Gemüse.

Der Löwenzahn eignet sich zu Salat und wird wie Endiviensalat hergerichtet, auch Gemüse wie Spinat.

Besonders beliebt ist der Sauerampfer bei den Kindern. In Frankreich werden große Kulturen angelegt. Sauerampfersuppe oder Gemüse sind sehr wohlschmeckend, auch Salat. Zu Suppen werden verschiedene Kräuter zusammen vermischt, was sie besonders kräftig macht. Rapunzel, Kresse, Sauerampfer, Löwenzahn, Grünkohl, Hopfen usw. Die Blätter werden nach gründlicher Reinigung im Salzwasser aufgekocht und entweder unter Beigabe von Tapioka, Grieß, Sago, Haferflocken oder Mehl mit einem Bouillonwürfel gekocht und über geröstete Brotwürfel angerichtet, oder man dämpft die Kräuter halbweich und verwiegt sie dann fein, kocht sie mit einer beliebigen Einlage oder Mehl auf und richtet sie über ein zerschlagenes Ei an.

### Anlage einer billigen Blattpflanzengruppe.

Die Anlage einer Blattpflanzengruppe ohne viel Kosten und in eigener Pflege durch Laienhand ist weit leichter als man annimmt. Man braucht sich nur ein wenig Samen zu kaufen, der kaum 2—3 Franken kostet, und die weitere Arbeit ist gering. Wir kaufen ein Korn der Rizinuspflanze, etwa zehn Körner Mais — buntblättriger ist sehr dekorativ — einige Gramm Perillensamen und einige Gramm Pyrethrumsamen. Das Rizinuskorn wird in einem kleinen Blumentopf allein gelegt, die Maiskörner in einen größeren und der Same der Perillen und des Pyrethrum wird in je eine Zigarrenkiste, die mit etwas sandiger Erde gefüllt ist, gesät. Alles wird mit lauwarmem Wasser befeuchtet. Sind die Pflänzchen sichtbar, so empfiehlt sich für schnelleres Wachstum Auflegen einer Glasscheibe über die Kastenränder oder Ueberstülpen eines Glases. Bei kräftiger Entwicklung können die Pflanzen bald an Ort und Stelle versetzt werden. Das Beet ist rund. In die Mitte kommt der Rizinus; dann werden drei konzentrische Kreise gezogen. Auf den kleinsten kommen die Maisstauden zu stehen, auf den mittleren die Perillen, auf den größten und äußersten das Pyrethrum. Man hüte sich, zu eng zu pflanzen, weil die Pflanzen späterhin eine große Ausdehnung nehmen, so daß ihnen für ihr Wachstum Luft und Licht entzogen wird. Bei Trockenheit gieße man und füge dem Wasser etwas Hornspäne oder Blumendünger, welcher aufgelöst wird, zu. Lockern des Erdbodens ist angebracht und befördert den Wuchs. E.

## Küchen-Rezepte.

### Unbekannte Spargelgerichte.

Eisspargel. 1 Kg. schöne, dicke Spargeln schneidet man nach dem Rüsten in Stücke und kocht sie in 1/2 Liter dickem, saurem Rahm weich. Die Spargeln werden mit einem Schaumlöffel herausgenommen. Den Rahm vermengt man mit 5 verquirlten Eigelb und einer Prise Salz und füllt ihn in die Gefrierbüchse. Wenn er halb erstarrt ist, nimmt man die Hälfte heraus, gibt die Spargelstückchen sorgsam hinein, füllt die Hälfte wieder darüber und läßt alles vollends erstarren. Den Tag vorher hat man schöne Tomaten in gleichmäßige Scheiben geschnitten und auf eine flache Platte derart gelegt, daß jede Scheibe für sich ist. Darüber gießt man so viel gutes, helles Fleischgelee, daß die Scheiben damit bedeckt sind. Wenn das Spargeleis gestürzt ist, schneidet man die Tomatenscheiben aus dem Aspik, so daß sie genau ihre Form behalten, und verziert den Eisspargel damit.

Spargeln mit Morcheln. Gerüstete Spargeln kocht man in Salzwasser weich. Mehrmals gewaschene Morcheln werden verschnitten, in Butter geschmort, mit Mehl überstäubt und mit Fleischbrühe oder Spargelwasser verrührt und weichgekocht. Dann richtet man die Spargeln bergförmig an, bestreut sie mit Käse, gießt heiße Butter darüber und legt die Morcheln rund herum.

Spargeln mit Klößchen. 350 Gramm übrig gebliebener Kalbsbraten hackt man nicht zu fein. Eine ganz fein gehackte Zwiebel und ein in Milch eingeweichtes, wieder ausgedrücktes Brötchen (Weggli) schmort man in 50 Gramm Butter, vermischt dies, sowie ein Ei, etwas Muskat, Salz, ein paar Tropfen Zitronensaft und etwas sauren Rahm mit dem Fleisch, so daß man kleine Klößchen aus der Masse formen kann. 1 Kg. vorbereiteter Spargeln werden in Salzwasser weich gekocht, abtropfen gelassen und in die Mitte einer erwärmten Platte gelegt und warm gestellt. Die Klößchen läßt man im Spargelwasser langsam einige Minuten kochen, legt sie rings um die Spargeln, bereitet eine Buttersauce, die man mit einem Eigelb abzieht und gießt sie über Spargeln und Klößchen.

Spargelbrötchen. Runde Brötchen (Weggli) werden halbiert, ausgehölt und in heißem Fett schwimmend knusperig gebacken und warm gehalten. Von zarten, gerüsteten, weichgekochten Spargeln nimmt man nur die Köpfe und verwendet das Uebrige zu Suppe. Aus Butter, Mehl, Spargelwasser, Rahm, 2 Löffel geriebenem Käse und gewiegten Kräutern macht man eine dicke Sauce, legt die Spargelstückchen hinein, erhitzt gut, zieht vom Feuer, rührt 2 Eigelb dazu und füllt in die nebeneinander gestellten Brötchen. E. R.

### Suppen-Rezepte.

Brotsuppe. Klein geschnittenes Brot kocht man in 2 Tassen Wasser 20 Min. und drückt es dann zu einem Brei. Man gießt das nötige Salzwasser bei, fügt Grünzeug, Sellerie, übriges Bratenjüs und etwas Muskat bei und kocht die Suppe 3/4 Std. Man würzt mit Fleischextrakt und richtet über geriebenen Käse an.

Griessuppe mit Tomaten. In einem Stückchen Butter röstet man 4—6 Löffel Gries bräunlich, gießt Wasser hinzu, würzt mit Salz und Muskat und läßt die Suppe aufkochen. Der Inhalt eines kleinen Tomatenpüreebüchschens wird mit etwas Wasser glatt gerührt und noch 1/4 Sdt. mit der Suppe gekocht. Vor dem Anrichten löst man ein Bouillonwürfelchen darin auf.