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

Band: 23 (1933)

Heft: 28

Rubrik: Die Seite für 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: 06.01.2026

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

Die Seite für Frau und Haus

HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, PRAKTISCHE RATSCHLÄGE, KÜCHENREZEPTE

Handarbeiten

1. Gestricktes Spielhöschen für 3—4 Jahre (ohne Bild-Vorlage).

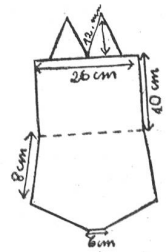
Material: 100 g 4fädige Seidenwolle maisgelb, 25 g 4fädige Seidenwolle blau.

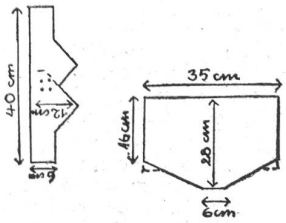
Man beginnt am oberen Rand des Vorderteils mit 56 M. Anschlag. Hierüber strickt man 20 Reihen 4 l., 2 r. im Wechsel, l. auf l r. auf r. Nach diesem Rand folgen 18 Reihen ganz rechts. In der 19. Reihe nimmt man an jeder Seite 4 M. ab und wiederholt dies auf jeder Nadel, bis man nur noch 10 M. auf der Nadel hat. Man strickt noch 8 Nadeln ohne Abnahme und mascht ab. Das 2. Teil ebenso. An das Vorderteil strickt man die beiden Spitzen an. 5 M. am Rand freilassen, dann zu jeder Spitze 20 M. aufnehmen, auf jeder Nadel zu Beginn 1 M. abnehmen, bis nur noch 4 M. auf der Nadel sind, 4 Nadeln ohne Abnahme, abmaschen. 2. Spitze ebenso. Man schließt die Seitennähte des Höschens und die Naht zwischen den Beinen. Die Beinränder werden mit einer Tour f. M. in Blau behäkelt. Der obere Rand des rückwärtigen Teils und des Vorderteils wird mit 2 Touren f. M. in blauer Wolle behäkelt. Auf die beiden Spitzen des Vorderteils setzt man je einen Perlmutterknopf. Für die Träger arbeitet man in doppelter blauer Wolle 40 L., darüber 4 Reihen f. M., in das eine Ende arbeitet man ein Knopfloch ein. Dieses Knopfloch knöpft man auf den Knopf des Vorderteils, das andere Ende wird an das Rückteil angenäht.

2. Spielhöschen (4—5 Jahre). (Untenstehende Vorlagen).

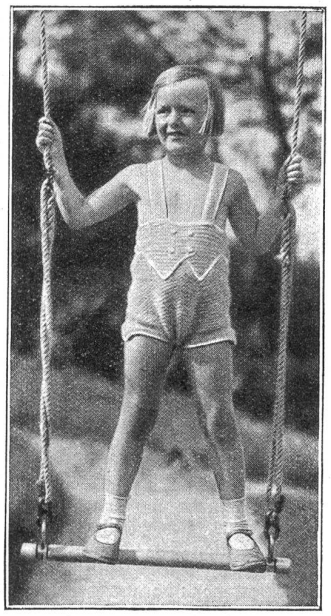
Material: 100 g Perlwolle blau, 50 g Perlwolle lachs, doppelfädig verarbeitet, 4 Perlmutterknöpfe.

Die Grundform des Spielhöschens wird in Perlstich gearbeitet. Man strickt 1 l., 1 r. im Wechsel und versetzt in jeder Nadel das Muster. Auf r. kommt l., auf l. kommt r. Man beginnt am oberen Rand des Höschens mit blauer Wolle. Der Faden wird doppelt verarbeitet. Ueber 60 M. Anschlag arbeitet man 16 cm (etwa 50 Nadeln) im Perl-





muster, hierauf nimmt man zu den Beinrändern auf jeder Nadel zu Beginn 2 M. ab, bis man nur noch 12 M. auf der Nadel hat. Abmaschen. Das rückwärtige Teil beginnt man in rosa Wolle, auf 60 M. Anschlag strickt man das Perlmuster, und zwar: 16 Reihen rosa, dann genau wie das Vorderteil 16 cm (etwa 50 Nadeln) blau, zu den Schrägungen wie beim Vorderteil bis auf 12 M. abnehmen, dann abmaschen. An die beiden Ecken am Vorderteil (siehe Schnitt) häkelt man ein Dreieck in rosa Wolle (f. M.). Man schließt die Seitennähte und die Naht zwischen den Beinen und umhäkelt nun den Beinrand mit 5 Touren f. M. in rosa Wolle und 1 Tour f. M. in Blau. In das gehäkelte Dreieck ein gestickter blauer Punkt (1 cm im Durchmesser). Die Passe für das Vorderteil wird einzeln gearbeitet. Ueber 70 L. M. arbeitet



man 4 Reihen f. M. In der 5. Reihe läßt man an jeder Seite 14 M. frei und häkelt die beiden Spitzen für sich allein fertig, in jeder Reihe abnehmend, bis zugespitzt ist. Dieses Teil wird mit f. M. in Blau behäkelt, dabei der Zeichnung nach von der linken Spitze nach rechts oben einige Stiche weiterhäkeln. Vier gestickte blaue Punkte in die Mitte setzen. Dieses Teil näht man auf das Vorderteil der Hose. Den rückwärtigen Rand mit f. M. in blau behäkeln, an die Außenecken 2 Knopflöcher anhäkeln und an die Außenecken des Vorderteiles je 1 Perlmutterknopf setzen. Zu den Trägern arbeitet man über 70 L. 5 Reihen f. M. in blauer Wolle. An die unteren Enden arbeitet man im Abstand von 3 cm 2 Knopflöcher ein. Die Träger umhäkelt man mit einer Tour f. M. in rosa Wolle und näht die Träger an das Vorderteil an. An die rückwartige Passe 2 Perlmutterknöpfe ansetzen.

3 fleischlose Sommermenus.

1. Gefüllte Tomaten. Nudelauflauf und Bohnensalat. Aprikosenkompott.

Gefüllte Tomaten. Allerlei Gemüse, Zuckererbsen, Bohnen, Blumenkohl, 1 Sellerie usw. werden jedes für sich in Salzwasser gekocht und würflig geschnitten. Dann mengt man alles zusammen mit einer dicken Mayonnaise und füllt dies in halbierte, ausgehöhlte, gesalzene Tomaten. Die Platte wird mit Petersilie garniert.

Nudelauflauf. Kleingebrochene Nudeln kocht man in Salzwasser weich, gießt es ab und vermengt die Nudeln mit einem großen Stück Butter und geriebenem Käse. Dann füllt man sie in eine gebutterte Form. In einer Tasse kochendem Wasser löst man ein Bouillonwürfelchen auf, verquirlt damit zwei Eier, gießt dies über die Nudeln und bäckt sie im Ofen bräunlich.

Bohnensalat. Zarte, grüne Bohnen kocht man in Salzwasser weich. Dann rührt man ein Löffelchen Senf mit einer gewiegten Zwiebel, Oel, Salz, Pfeffer und Zitronensaft und vermengt damit die Bohnen.

Aprikosenkompott. Entsteinte, halbierte Aprikosen kocht man mit wenig Wasser und dem nötigen Zucker langsam weich.

2. Griessuppe mit Ei. Tomatengemüse und Käsereis. Rhabarberschnitten mit geschlagenem Rahm.

Griessuppe mit Ei. Gemüsewasser läßt man aufkochen, streut unter ständigem Rühren eine Tasse Gries hinein und kocht alles mit dem nötigen Gewürz ½ Stunde. Man richtet über geriebenen Käse und ein Ei an.

Tomatengemüse. Reife Tomaten werden abgerieben, in Scheiben geschnitten, entkernt und mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie 20 Minuten in Butter geschmort.

Käsereis. Gewaschener Reis wird mit dem nötigen Salzwasser langsam weich geschmort und mit einem großen Stück Butter und viel geriebenem Käse verrührt.

Rhabarberschnitten. In Scheiben geschnittenes Einback oder Weißbrot wird in Fett schwimmend gebacken und nebeneinander auf eine Platte gelegt. Geschälter, verschnittener Rhabarber wird mit Zucker zu Brei gekocht und auf die Schnitten angerichtet. Auf jede Schnitte gibt man einen Löffel geschlagenen Rahm.

3. Pilzpastetchen. Bohnen mit Tomaten und Salzkartoffeln. Zwetschgenbrei.

Pilzpastetchen. Man läßt sich beim Bäcker ein Dutzend ungefüllte Blätterteigpastetchen backen. Beliebige Pilze werden gerüstet, gewaschen und mit Zwiebel und Salz in Butter gedünstet. Man stäubt einen Löffel Mehl darüber, verrührt alles gut, fügt zwei hartgekochte, verschnittene Eier und Petersilie bei und füllt alles heiß in die Pastetchen.

Bohnen mit Tomaten. Entfädelte Bohnen werden gewaschen. Dann röstet man 2 Löffel Mehl in Butter, löscht mit 2 Tassen Wasser, fügt 1½ Pfund Bohnen und 1 Pfund verschnittene Tomaten, das nötige Salz und etwas Bohnenkraut bei und kocht nun alles gut zugedeckt knapp 2 Stunden.

Salzkartoffeln. 8 geschälte, rohe, in Würfel geschnittene Kartoffeln kocht man in Salzwasser weich, aber nicht breiig, gießt das Wasser ab, richtet sie an und gibt sie mit Butterstückchen belegt zu Tisch.

Zwetschgenbrei. Entsteinte Zwetschgen kocht man mit Wasser und Zucker zu Brei und fügt kur zvor dem Anrichten einen Teller voll in Fett gebackene Brotwürfelchen bei.

Von der Verdaulichkeit des Spinats.

Der Spinat gilt seit alters her als eines der schmackhaftesten und am leichtesten verdaulichen Gemüse; doch kann man es oft beobachten, daß Personen, besonders aber Kinder, die andere Gemüse gern essen, nicht dazu zu bewegen sind, ein Spinatgericht zu verzehren. Nach den Untersuchungen von Dr. Obst besteht der Grund dieser Abneigung gegen den Spinat in der Regel darin, daß viele Menschen an zu starker Magensäurebildung leiden und, da durch den Genuß von Spinat die Bildung von Magensäure gesteigert wird, den Spinat nicht gut vertragen. In allen Fällen aber, wo die Verdauung durch eine zu schwache Bildung von Magensäure gehemmt wird, wirkt der Spinatgenuß überaus günstig. Auch die bekannte appetitreizende Wirkung des Spinats ist auf die gleiche Ursache zurückzuführen.