

<b>Zeitschrift:</b>	Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst
<b>Band:</b>	24 (1934)
<b>Heft:</b>	12
<b>Rubrik:</b>	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:** 28.01.2026

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

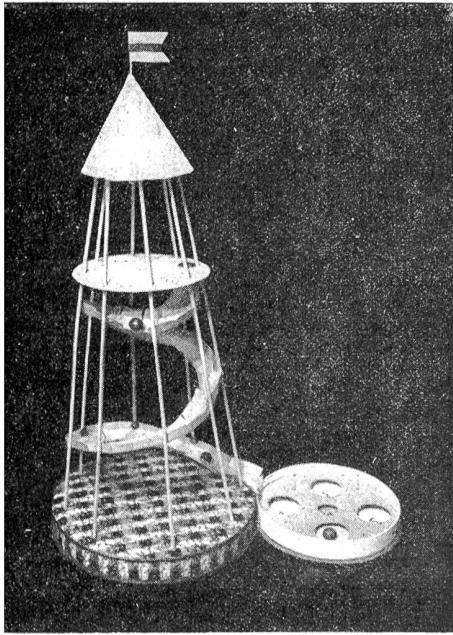
# Die Seite für Frau und Haus

HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, PRAKТИСHE RATSCHLÄGE, KÜCHENREZEPTE

## Spiel und Beschäftigung

### Die Kugelrutschbahn.

Zu diesem unterhaltenden Spiel braucht ihr ein großes Stück Pappe, von dem ihr drei runde Scheiben mit einem Durchmesser von 10, 15 und 25 cm schneidet. Besitzt ihr aber zufällig runde



Pappschachteln mit dem Durchmesser der größten Scheibe, so könnt ihr euch deren Zuschneiden ersparen. Nun nehmt ihr noch acht Holzstäbchen, wie ihr sie zum Drachenbau verwendet. In den äußeren Rand der drei Pappschichten bohrt ihr in gleichmäßigen Abständen acht Löcher (wenn ihr eine runde Schachtel mit verwendet, nur in den Deckel). In die mittlere Pappschicht schneidet ihr noch am Rand eine

kleine Öffnung hinein, durch die eine Spielfigur bequem gestellt werden kann. Dann steht ihr die acht Holzstäbchen durch die acht Löcher dieser Pappschicht, so daß die Stäbchen etwa ein Viertel nach der einen und drei Viertel nach der anderen Seite überstehen. An das kürzere Ende der Stäbchen wird die kleine, und an das längere die große Pappschicht gestellt.

Auf die große Pappschicht, event. auf die runde Schachtel, wird nun das Gerüst gestellt. Aus dünnem Karton schneidet ihr nun eine runde Scheibe mit einem Durchmesser von 25 cm, um darauf vom Mittelpunkt aus eine Spirale zu zeichnen. In dieser Spirale schneidet ihr einen 4 cm breiten Kartonstreifen für die Laufschiene der Kugel. Die beiden Längsseiten versetzt ihr in Abständen von 1 cm mit etwa 1 cm tiefen Einschnitten. Den eingeschnittenen Rand biegt ihr um, so daß aus dem Kartonstreifen eine Schiene entsteht. Daraufhin befestigt ihr die Schiene an der unteren Seite der mittleren Pappschicht an der Stelle, wo sich die Öffnung für die Kugel befindet und zieht sie spiralförmig bis zum Boden des Gerüstes. An den Holzstäbchen wird die Karton schiene, deren Ende ein Stück aus dem Gerüst heraus in eine runde Schachtel ohne Deckel führt, mit Reisnägeln befestigt. Der Boden dieser Schachtel wird in Tücher mit fünf Zahlen, z. B. am äußeren Rand mit den vier Zahlen: 1, 3, 5, 7, und in der Mitte mit der Zahl 10 beschriftet. Zwischen die Zahlen wird je ein dünnes Korkschiebchen gelegt. Aus dünnem Karton schneidet ihr dann eine runde Scheibe, die etwas kleiner als der Karton ist. Diese legt ihr auf die Korkschiebchen, nachdem ihr vorher runde Löcher hineingeschnitten habt, durch die die auf dem Boden der runden Schachtel geschriebenen Zahlen zu lesen sind. Nun wird das Ende der Laufschiene mit einem Reisnagel am inneren Rand der runden Schachtel befestigt, so daß die Kugel, die oben in die Öffnung der mittleren Pappschicht gestellt wird, die spiralförmige Laufschiene herunterrollt und entweder in die 1, 3, 5 oder 7, im günstigsten Falle aber gleich in die 10 fällt. Die Zahlen werden bei jedem Mitspieler aufgeschrieben, und wer zuerst die Zahl 100 erreicht, hat das Spiel gewonnen. Die obere Scheibe verzieren wir noch mit einem Dach, das wir uns in Form einer spitzen Tüte aus Papier drehen und noch mit einer kleinen Fähne schmücken. H. Sch.

## Küchen-Rezepte

### Allerlei Gutes für das Osteressen.

**Jakobineruppe.** Man bereitet pro Person ein verlorenes Ei und legt es mit dünnen, gerösteten Brotschnitten und einigen Löffeln gehärteten Fleischresten (am besten Geflügel) in die Suppenschüssel. Nun läßt man Bouillon mit allerlei Kräutern auflossen und gießt sie kochend heiß in die Schüssel.

**Kinderbraten schüssel.** 1 kg. schönes Rindfleisch wird 2 Tage in einer Marinade von halb Essig, halb Wein eingelegt, die man heiß über das Fleisch gießt. Dann spülst man es mit Speckstreifen, salzt und legt es mit Zwiebelscheiben, Speckscheiben und 2-3 Karotten in eine Bratpfanne, übergießt es mit einem großen Stück geschmolzener Butter und brät nun das Fleisch 1 Stunde im Ofen. Nach dieser Zeit fügt man langsam einige Löffel Portwein, Marinade und heiße Fleischbrühe hin und düntet den Braten eine weitere Stunde. Aus einer großen Tasse gewaschenem Reis bereitet man ein gutes Risotto, verquirlt es mit 1-2 Eigelb und serviert das Ragout zu Spaghetti oder Kartoffelbrei.

**Kalbsragout mit Morschen.** In Würfel geschnittenes Kalbfleisch wird mit einem Lorbeerblatt, Zwiebel, Zitronenschale, 1 Sellerieknolle, Gewürz und etwas weißem Wein in genügend Wasser 1 Stunde gekocht. Die Brühe wird dann gefiebert und mit Hilfe von Butter und Mehl zu einer guten Sauce verloft. Sie wird mit gut gewaschenen, in Bouillon gekochten Morschen vermengt. In dieser Sauce kocht man das Fleisch noch kurze Zeit, zieht es dann vom Feuer, verquirlt die Sauce mit 1-2 Eigelb und serviert das Ragout zu Spaghetti oder Kartoffelbrei.

**Gefüllte Tauben.** Die vorgerichteten Tauben füllt man mit einer Kalbfleischfarce und umwidelt sie mit Speckscheiben. Sie werden in Butter goldgelb gebraten und mit Fleischbrühe knapp bedeckt. Nun fügt man einige Perlzwiebelchen, 2-3 Löffel roten Wein, eine Handvoll Champignons und wenig Salz und Pfeffer bei und dämpft die Tauben etwa 1/2 Stunde. Die Brühe wird mit glattgerührtem Mehl verdickt und mit Tomatenpüree gewürzt. Die Tauben werden in einen großen Reisring angerichtet und mit der Sauce übergossen.

**Pfirsiche im Ofen.** Halbierte, sterilisierte Pfirsiche (auch Büchsenfrüchte) werden in eine gebutterte Form gelegt, mit etwas Maraschino beträufelt und mit ganz festem, mit Vanillezucker gefülltem Eiweißschnee überzogen. Im Ofen läßt man die Speise goldgelb überbacken und serviert sie dann sofort. E. R.

### Frühlingsgerichte.

**Junger Spinat.** Die Spinatblätter werden gewaschen, gewiegt und mit etwas gehärtetem Schnittlauch in Butter gedünstet. Dann würzt man mit Salz und Pfeffer, verloft den Spinat mit 3-4 Löffeln Rahm und rückt ihn mit kleinen Brattartoffeln umlegt an.

**Sauerkrautgeringe Masse.** Die von den Rippen befreiten, gewaschenen Blätter werden in Salzwasser überwälzt und dann gewiegt. Die Masse wird in Butter geschmort, mit etwas Mehl bestreut und mit wenig Rahm oder Bouillon verloft. Auf das angerichtete Gemüse legt man einen Stern von Eiern.

**Gedämpfte Morschen.** Die gerüsteten mit warmem und unter laufendem Wasser mehrmals gereinigten Morschen werden mit wenig gehärtetem Schnittlauch in Butter geschmort. Unterdessen verquirlt man 1 Ei mit Salz und 1 Tasse Joghurt oder saurem Rahm, röhrt die nach 1/4 Stunde zu den Pilzen und rückt auf gekochte Nudeln an. Man serviert Nüßensalat dazu.

**Räutersuppe.** Alle Arten von Frühlingskräutern werden mit einigen Spinatblättern gewiegt, in Butter kurz gedämpft, mit wenig Mehl bestreut und mit dem nötigen Quantum Wasser aufgekocht. Die mit Salz und Muskat gewürzte Suppe wird nach 1/2 Stunde vom Feuer gezogen. Man löst nun darin ein Bouillonwürfchen auf und rückt über einem mit wenig Milch und geriebenem Käse verrührten Ei an.

**Überbackene Eierkuchen.** Aus Mehl, Milch, Salz, Pfeffer, gehärteten Kräutern und 4-6 Eiern bereitet man einen guten Omeletten Teig. In Salzwasser dünstet man einen Teller voll Spargelpitzen, ebenso in Scheiben geschnittenen, jungen Karotten. Nun bereitet man aus dem Teig einige Omeletten, rückt sie an und legt abwechselnd die vertropften Gemüse dazwischen. Aus Butter, Mehl, Bouillon und gedünsteten Morschen oder Büchsenpitzen hat man eine dillige Sauce bereitet, die man über die angerichteten Omeletten gibt.

**Portulak.** In einem Stück Butter schmort man 1-2 Löffel Brotsamen, fügt die Portulakblätter bei und gießt 1-2 Tassen Bouillon dazu. Kurz vor dem Aufräumen röhrt man 1-2 Eigelb zu dem Gemüse. E. R.

## Praktische Ratschläge

### Vorsicht bei Verwendung von verzinkten Gefäßen.

Auf die Gefährlichkeit verzinkter Gefäße weist die „Umschau“ in Wissenschaft und Technik, Frankfurt a. Main, Heft 7, hin. Für Nahrungsmittel soll man Zink-Gefäße radial ausschließen. Es kommt vor, daß man verzinkte Gefäße mit verzinkten verwechselt, obwohl der Unterschied klar hervortritt. Verzinkte Gefäße weisen einen hohen Silberglanz und eine glatte Oberfläche auf. Verzinkte Gefäße dagegen sind etwas stumpf und zeigen eine an Eisblumen erinnernde Zeichnung.

Wie gefährlich die Verwendung von Zink-Gefäßen ist, beweist die kürzlich durch die Presse gegangene Meldung, daß in einem Arbeitslager in Stuttgart nach einem Abendessen plötzlich 75 junge Leute unter schweren Vergiftungserscheinungen erkrankten und mehr als 30 von ihnen dem Krankenhaus zugeführt werden mußten, wo sie sich nach einigen Tagen wieder erholt haben. Die Untersuchung des Vorstandes ergab, daß ein Kartoffelsalat in einer Zinkwanne bereitet worden war und die Eßglocke des Salates das Zink gelöst hatte. Dabei wurde das giftige Zinkzusat gebildet.