

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 29 (1939)  
**Heft:** 30  
  
**Rubrik:** Haus und Heim

### **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:** 09.02.2026

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

in Wihwil absolviert. Sie ist ein mitteleiderregendes, fast abstoßendes Geschöpf, mit stumpfen Augen und vernachlässigtem Äußern; es brauchte große Einfühlung von Seiten der Fürsorgerin, ihr, der niemand in ihrer Umgebung etwas zutraut, zur Finanzierung von Ferien zu verhelfen. Im Ferienheim verändert sich ihr Wesen von Tag zu Tag; sie folgt mit Interesse dem Vorlesen, vertieft sich in eigene Lektüre und überläßt beim Spiel durch treffende humorvolle Bemerkungen. Nach drei Wochen hat sie sich in Haltung und Ausdruck so verändert, daß sie kaum mehr zu erkennen ist. Wird sie in den alten Verhältnissen sich die Energie bewahren können, um mit der neu gewonnenen körperlichen und seelischen Kraft ihre Familie wieder in ein besseres Geleise zu bringen?

Frau K. 38 Jahre alt, wurde mit einem Mann verheiratet, der an leichter Epilepsie litt, was ihr aber von der Familie desselben verheimlicht worden war. Anfangs ging alles gut; als

die Frau im zweiten Wochenbett lag, bekam er Erregungszustände und die Krankheit brach in schlimmer Form aus. Das vorhandene Vermögen wurde durch alle erdenklichen Behandlungen gänzlich aufgebraucht, gegen Anstaltsversorgung wehrte sich die Familie. Frau K. nahm Fabrikarbeit in Nachtschicht an, die einträglicher ist als Tagesarbeit. Aber die tägliche halbstündige Belofahrt bei Wind und Wetter ruiniert ihre Gesundheit, und diejenige der Kinder läßt auch zu wünschen übrig. Es muß doch zu Anstaltsversorgung für den Mann geschritten werden, wo er langsam verblödet. Die Frau erholt sich vorübergehend, aber ihre Gesundheit ist auf Jahre hinaus schwer belastet. Ihr fröhliches Gemüt, das sich in Gottvertrauen nicht nehmen läßt, ist für ihre ganze Umgebung vorbildlich.

(Mitgeteilt von der Hausmütterhilfe des bernischen Vereins für kirchliche Liebestätigkeit.)

## Haus und Heim

### Maß und Gewicht in der Küche

Es genügt nicht, nur die Zutaten zu kennen, die zur Herstellung eines Gerichts nötig sind, wir müssen auch wissen, in welchem Verhältnis sie zusammengemischt werden sollen. Eine erfahrene Köchin wird sich zwar rühmen, hier Auge und Hand walten zu lassen. Einer Anfängerin sei jedoch unbedingt empfohlen, sich an die angegebenen Maße zu halten. Eine Küchenwaage und zwar eine sehr gute, ist in jeder Küche unentbehrlich, denn auch die geübte Köchin wird in den Fall kommen, wo sie sich einer solchen bedienen wird. Das Gelingen vieler Speisen, hauptsächlich aber von Backwert, hängt vom genauen Gewicht der dazu verwendeten Zutaten ab. Selbstverständlich können wir beim Kochen nicht jede kleinste Zutat abwägen, das wäre zu kompliziert und zu zeitraubend. Wir nehmen Löffel, Tassen, Gläser und Schöpflöffel zu Hilfe, so erlangen wir durch Übung die Fertigkeit, das Gewicht ziemlich sicher auch ohne Waage zu treffen, wo es sich um kleinere Mengen handelt. Um z. B. festzustellen, wieviel Gramm Spezereien (Reis, Mehl usw.) oder wieviel Deziliter Flüssigkeit unsere Tassen, Gläser und Löffel fassen, füllen wir diese eben voll, wiegen den Inhalt ab und merken uns die Menge. — In vielen Kochbüchern finden wir nun die Menge der Zutaten einer Speise in Tassen und Löffeln angegeben, wissen aber nicht, ob die genannten Gefäße in der Größe mit den unsrigen übereinstimmen. Da tun wir gut, Abweichungen, die sich bei der Zubereitung herausstellen, sofort zu notieren, um ein zweites Mal sicher zu gehen. Im allgemeinen gelten folgende Regeln: Eine Tasse,  $\frac{1}{4}$  l Flüssigkeit haltend, faßt eben voll 200 g Spezereien.

Ein gewöhnliches Küchenglase voll enthält 2 Deziliter.

Ein Schöpflöffel gebräuchlicher Art enthält 2—2½ Deziliter.

Ein Eßlöffel Fett oder Butter, gestrichen voll, wiegt 20 bis 30 g.

Ein Eßlöffel Mehl, gestrichen voll, wiegt 10 g, Salz 12 g, Zucker, Grieß, Reis, Grütze, je 15 g.

Zwei Eßlöffel Kaffeebohnen ergeben, weil der Kaffee durch das Rosten leichter wird, 30 g Kaffeepulver.

Ein Kaffee- oder Teelöffel, eben voll, faßt 3 g Salz, Mehl oder Zucker.

Eine kleine Teelöffelspitze Fleischextrakt wiegt 5 g.

Ein Ei wiegt 50—60 g.

Eine Prise ist ungefähr so viel, wie man mit 2 Fingern faßen kann oder auch eine Messerspitze voll.

Je mehr Routine eine Köchin bekommt, desto eher wird sie das Beimengen der Zutaten „in den Griff“ bekommen. Sie wird aber auch immer wieder Neues ausprobieren und kann daher eine exakte Waage nicht entbehren. Ein Zuviel schadet oft mehr als ein Zuwenig, das gilt besonders bei Tortenteig. Wir kommen also auf keinen Fall in der Küche ohne Maß und Gewicht aus.

E. K.

\* \* \*

Nur noch einige Tage dauert unser

INVENTUR-

**AUSVERKAUF**

Beste Einkaufsgelegenheit für  
**Bett-, Tisch- und Küchenwäsche**  
**Frottierwäsche, Wolldecken**

**COUPONS**

in Leinen und Halbleinen  
doppelfädig. Baumwoll-  
tuch. Jetzt mit **50%**  
Rabatt

**SCHWOB & CIE**  
**BERN**

LEINENWEBEREI

NUR HIRSCHENGGRABEN 7

## Neue Tomatenrezepte

### Tomaten Salat.

In heißes Wasser getauchte Tomaten werden geschält und in Scheiben geschnitten. Darüber gießt man folgende Sauce: In einem Stück frischer Butter dämpft man einen schwachen Löffel Mehl, gibt ein wenig geriebene Zwiebel dazu, quirlt kaltes Wasser dazu und kocht unter ständigem Rühren eine dicke Sauce. Noch heiß mischt man 2 Eßlöffel Olivenöl, 2 Löffel Zitronensaft, Salz, Pfeffer, eine kleine Prise Zucker und 1 Ei gelb darunter. Die erkaltete Sauce wird über die Tomaten gegeben.

### Tomaten-Eierkuchen.

Aus 250 g Mehl, Wasser und 3—4 Eigelb rührt man einen Omelettenteig, mischt 150 g gewiegten Schinken, 5—6 in Scheiben geschnittene, geschmorte Tomaten und das nötige Salz dazu und bäckt daraus mehrere Eierkuchen, die mit Parmesanfäse bestreut werden.

### Schweinefleisch mit Tomaten.

1 Pfd. mageres Schweinefleisch wird in fingerlange Stücke geschnitten, mit Salz und Pfeffer bestreut und in Mehl gewendet. In einer großen Kasserolle dämpft man 2 gehackte Zwiebeln in heißem Fett, legt das Fleisch dazu, läßt es anbraten und verteilt darauf 4—5 verschnittene, gesalzene Tomaten. Nach einigen Minuten fügt man 1 Tasse gewaschenen Reis bei, gießt 2—3 Tassen Wasser dazu und dämpft alles, gut zugedeckt, eine gute Stunde. Man richtet alles zusammen bergförmig an.

### Räsetomaten.

In halbierte, ausgehöhlte Tomaten gibt man eine Fülle, bestehend aus ganz wenig Mehl, Käsefäse, Salz, Pfeffer, Brotsamen und 2—3 Eiern. Man stellt die Tomaten nebeneinander in eine gebutterte Form, überstreut alles mit Brotsamen und Butterstückchen und schmort die Tomaten im Ofen weich. Sie passen gut zu Nudeln oder Kartoffelbrei.

### Tomaten im Ofen.

In eine gebutterte Form schichtet man lagenweise gesalzene Tomatenscheiben und eine Mischung von allerlei gewiegten Kräutern, gehacktem Schinken und geschmolzener Butter. Mit Butterstückchen belegt und mit Brotsamen überstreut bäckt man die Speise im Ofen 20 Minuten. Die Tomaten werden gestürzt und mit gebackenen Kartoffelchen umlegt.

### Grüne Tomaten.

Unreife Tomaten werden in Wasser gekocht, abgesehen und 24 Stunden in Essig eingelegt. Man läßt sie auf einem Sieb abtropfen, nimmt dann auf 1 Pfd. Früchte ½ Pfd. Zucker und kocht dies mit etwas Vanille während 10 Minuten. Zuletzt wird der Saft noch allein etwas eingekocht. Diese Tomaten schmecken als Kompott ausgezeichnet und halten sich, gut verschlossen, jahrelang. E. R.

## Erste Hilfe bei Verbrennungen

Bei Verbrennungen, entstanden durch offenes Feuer, heiße Flüssigkeiten, Blitzschlag, Dampf oder auch Säuren beobachten wir drei Grade. Der erste Grad, der sich in Form von Rötungen der Haut oder leichter Entzündung zeigt, bedingt ein sofortiges Ueberstreuen der geröteten Stelle mit frischem Mehl oder das Bestreichen mit Öl. Beim zweiten Grad, bei dem Blasen verschiedener Größen in Erscheinung treten, kommen die gleichen Mittel in Anwendung. Später tun Brandbinden gute Dienste, damit die Wunden tadellos sauber bleiben. Bei Verbrennungen dritten Grades ist eine weitgehende Zerstörung der Hautgewebe eingetreten, die die sofortige Behandlung des Arztes notwendig macht. E. R.

## Allerlei Ratschläge

### Das Waschen von Atlas, Brokat und steifem Seidendamast.

Man nimmt venezianische Seife, löst sie in lauwarmem Wasser, bestreicht die Sachen damit, spült sie in kaltem Wasser gut aus und trocknet sie zwischen Tüchern ab. Hierauf wird Gummiarabikum in gleichen Teilen Weinessig und frischem Brunnenwasser aufgelöst und durch ein Tuch passiert, damit die Gummilösung, die übrigens nicht dick sein darf, von aller Unreinigkeit frei ist. Man taucht nun die Stoffe gleichmäßig ein, so daß sie überall gleich stark durchfeuchtet sind, drückt sie aus und legt sie möglichst glatt auf ein Bügelbrett, wo sie in der richtigen Form festgesteckt werden. Man trocknet nun an der Sonne. Handelt es sich um heiße Farben, überdeckt man natürlich die Gewebe mit einem dünnen, weißen Tuch. R.

### Gelbgewordene Wäsche

bleicht man wieder, wenn man dem Bläuwasser auf einen Eimer etwa 2 Eßlöffel voll von folgender Mischung beifügt: 3 Teile 90 prozentiger Spiritus werden mit 1 Teil gereinigtem Terpentinöl vermengt. Die durch das mit dieser Mischung verührte Bläuwasser gezogene Wäsche muß sofort im Freien oder in einem hellen, luftigen Raum getrocknet werden.

### Trübe Fensterscheiben.

die sehr schmutzig sind und einen farbigen Schimmer zeigen, erhalten ihre ursprüngliche Klarheit wieder, wenn man sie mit fein pulverisiertem Bimsstein abreibt und mit einem weichen, in Leinöl getränkten Tuch nachreibt. Man trocknet mit Zeitungspapier und spült mit sauberem Wasser, bis das Glas tadellos ist.

### Rußflecke,

die von grünen Nusschalen herkommen, kann man aus allen Stoffen durch vorsichtiges Betupfen mit leichtem Chlornasser und gründlichem Nachspülen mit reinem Wasser entfernen. Von den Händen, die beim Pflücken der Nüsse sehr durch die Einwirkung des Nussaftes zu leiden haben, kann man die Flecke nur durch Waschen mit Wasser und Salmiak fortbringen.

### Strohgeflechte,

die gereinigt werden sollen, wäscht man zuerst mit Seifenwasser ganz gründlich und schwefelt sie dann noch in feuchtem Zustande. Dazu verwendet man ein Faß oder einen Kessel und bringt den Gegenstand, den man schwefeln will, auf ein Neß oder mittels Schnüren oder Stangen in den obern Teil des Faßes. Dann stellt man auf den Boden des Faßes eine Schüssel mit Schwefel, zündet diesen an, verschließt das Faß und öffnet es erst wieder, wenn der Schwefel längere Zeit zu brennen aufgehört hat. Damit die Geflechte nicht zu stark erhitzt werden und nicht verbrennen, müssen sie hoch genug über dem Schwefel angebracht werden.

### Schwarze Glacéhandschuhe,

die an den Fingerspitzen die Farbe verloren haben, reibt man mit einer Mischung von 5 Tropfen guter, schwarzer Tinte und 5 Tropfen Salatöl kräftig ein und verreibt dies nachträglich noch mit einem wollenen Lappen.

### Regenflecke in Filzhüten.

In glanzreichem Filz hinterlassen Regentropfen unschöne Spuren. Ueberstreicht man nun dem Haarstrich nach den Filz mit einem weichen Tuch, in das etwas Schweinefett eingerieben wurde, erhält der Hut wieder den gewünschten Glanz. E. R.

## Charcuterie Gaffner & Cie., Bern

Spitalgasse 23, Tel. 2 71 51, empfiehlt ihre Spezialitäten in

Wurstwaren, sowie la Kalb-, Rind- und Schweinefleisch

# Keine Ferien ohne Heimbewachung!

Seilerstrasse 7 Tel. 2 11 16

**Securitas AG.** Direktion H. Thommen.

## Stickerei Atelier HAND- UND MASCHINENSTICKEREI



AUSSTEUERWÄSCHE, KLEIDERBESTICKUNG  
PLISSEE, GEGAUFT, STOFFKNÖPFE, KNOPFLÖCHER  
MONOGRAMME, WAPPEN, FANIONS, STANDARTEN  
Individuelle Entwürfe und gediegene Ausführung

**Willy Müller** vormals ELLA GUT  
Waisenhausplatz 21, II. Etage, Bern  
Telephon 3 66 42

## Leichen-Transporte

In- und Ausland

**TAG- UND NACHTDIENST**

**Kremation Bestattung Exhumation**

Bei Todesfall entlastet unser Haus die Trauerfamilie vor Erfüllung jegl. Formalität und Gänge.

**Allgemeine Bestattungs A.-G., Bern**  
jetzt Zeughausgasse 27. Perman. Tel. 2 47 77

## Wer Buchhofers Kochkurse

wählt, hat sein Glück nicht verfehlt

Nächste Kurse: **28. August, 25. September**

Letzte Kurse für dieses Jahr.

Kursleiter: **A. Schild**, Küchenchef

Junkerngasse 34, Telephon 2 17 68



Die feinsten  
**Milchprodukte**

jeder Art finden Sie in der

**Gutmolkerei Hofwyl**

Zentralmolkerei der Stadt Bern

Bärenplatz 29, Effingerstrasse 41 d



## Kaffee und Tee

in vorzüglichen Qualitäten  
erhalten Sie im

**Kaffeehaus Schmidt**

Kramgasse 50. Spezialgeschäft  
für feinen Kaffee und Tee.

**B.S.A.**

orig. engl. Fahrräder  
16 Modelle Sport — Touren — Luxue

sind die Besten! Preiswert! 50 Jahre garantiert!

**Rob. Walther**

Generalvertretung, Bümpliz u. Effingerstr. 41

Kataloge unverbindlich verlangen

# Rubis

TEIL-

## AUSVERKAUF

BIETET ENORME VORTEILE

KLEIDER - BLUSEN  
WÄSCHE - STRÜMPFE  
PULLOVER, HAUSDRESS  
STRAND- U. BADEARTIKEL

ZU STARK REDUZIERTEN PREISEN

## MAISON RUBIS

S.A.

SPITALGASSE 1

## Puppenklinik

Reparaturen billig

**K. Stiefenhofer - Affolter**  
Kornhausplatz 11, I. St.

## Resten-Teppiche

sind solid und schön, für jeden  
Raum passend. Auskunft und  
Prospekt durch die **Teppich-**  
**Handweberei Bern-Bethle-**  
**hem, Bümplizstr. 12, Tel. 4 80 01**

Berücksichtigt bei jeder Gelegenheit die inserierenden Geschäfte.

## Ein Ferienabonnement für Meiringen und das Haslital

Wer seine Ferien im Quellgebiet der Aare, in Meiringen und im Oberhasli verbringt, hat zu seiner Verfügung ein 15-tägiges, auch am Sonntag gültiges Ferienabonnement, das 20 Franken (für Kinder unter 12 Jahren 10 Franken) kostet. Es enthält 200 Nummern, von denen auf jeder Fahrt mit Bahn, Postauto und Schiff eine größere oder kleinere Zahl entwertet werden. Folgende Fahrten stehen zur Wahl: über Grimsel und Furka, nach der Großen Scheidegg, nach Gadmern, nach Mühlethal-Matten am Jochpaß, nach Brünig Hasliberg, auf das Brienz-Rothorn, nach der Alp, über den Brienzsee zu den Gießbachfällen, nach Interlaken. Der Inhaber des Abonnements kann außerdem für die Bahn-, Postauto- und Schiffstrecken des ganzen Berner Oberlandes Billette zur halben Lage beziehen und genießt besondere Ermäßigungen auf der Trambahn Meiringen-Reichenbach-Aareschlucht und für Motorbootrundfahrten auf dem Grimselstausee.

svz.

## Sommervergünstigungen im Jungfraugebiet

Während des Sommers 1939 ist im Jungfraugebiet im Berner Oberland ein 7-tägiges Ferienabonnement für beliebige Fahrten auf den Strecken Lauterbrunnen-Wengen-Scheidegg, Grindelwald-Scheidegg und Scheidegg-Eigergletscher, zum Preis von Fr. 24.— erhältlich. Im Ausland werden dafür von den größeren Reisebüros Gutscheine zum Preis von Fr. 20.— abgegeben. Kinder von 4—12 Jahren zahlen die Hälfte. Der Inhaber dieses Abonnements genießt auf den Strecken: Lauterbrunnen- und Grindelwald-Interlaken Ost, Lauterbrunnen-Mürren, Wilderswil-Schnige Platte 25 %, auf der Strecke Eigergletscher-Eismeer-Jungfrauoch 30 % und auf den Strecken Interlaken-Harder, Interlaken Ost-Interlaken-Bahnhof, Interlaken Ost-Bönigen und auf dem Thuner- und Brienzsee 50 % Ermäßigung.

Zum Preise von Fr. 20.— wird ferner ein Familienabonnement für 50 Kilometer ausgegeben, gültig auf den Strecken Lauterbrunnen-Wengen, Grindelwald-Scheidegg und Scheidegg-Eigergletscher. Die Ermäßigung beträgt 36 %.

Endlich ist die Fahrt nach dem Jungfrauoch ab Interlaken und den taleinwärts liegenden Stationen im ersten Morgenzug, ab Scheidegg und Eigergletscher auch in den letzten Abendzügen um 30 % verbilligt. Die Rückfahrt kann dabei beliebig innert 3 Tagen ausgeführt werden. Auch der Inhaber der Berner Oberländer Ferienabonnements genießt 30 % Ermäßigung für die Fahrt nach dem Jungfrauoch.

svz.



**Rafenmäher**

besten Systeme

**Gartenschläuche**

**Schlauchwagen**

**Armaturen**

vorteilhaft bei

**CHRISTEN**

& Co. A.-G.

Bern

Marktgasse 28

Zeughausgasse 19



Unsere

**„Luterbach“-Strümpfe**

links-u.rechtsmaschig, sind elegant und extra solid, mit Maschenfang u. Zehenverstärkung, elastisches Bord **Fr. 2.90**

Grosses modernes Farbensortiment

**KAISER**

& Co. AG. Abtlg. Vier Jahreszeiten, Marktgasse 37, Bern



**Ferien ohne Früchte  
sind keine Ferien**

**B-Früchte aber gibt's soweit  
die Post hinkommt.**

Bestellungen bitte an

Berger, Abteilung Früchte- u. Gemüse Versand  
Bern — Tel. 27071

## Frauenarbeitsschule Bern

Kapellenstrasse 4, Telefon 2 34 61

### Herbstkurse 1939

vom 28. August bis 22. Dezember

(Herbstferien vom 25. September bis 14. Oktober)

Tages-, Vormittags-, Nachmittags- und Abendkurse.

**Unterricht:** 7 bis 11 im September, vom 14. Oktober an 8 bis 12, 14 bis 18 und 19.30 bis 21.30 Uhr.

**Unterrichtsfächer:** Weissnähen, Kleidermachen, feine Handarbeiten, Handweben, Stricken und Häkeln, Lederarbeiten, Flicker und Maschinenstopfen, Glätten, Kochen (bürgerliche, gepflegte Küche — feine Küche — Spezialkurse)

**Prospekte verlangen.** Anmeldungen an das Sekretariat. Schriftlichen Anfragen Rückporto beilegen.

**Winterkurse 1940 in allen Fächern:**

8. Januar bis 21. März.

Die Vorsteherin:

Frau F. Munzinger.

### Seltene Gelegenheit für Braut! Wäsche-Aussteuer

111 Stück in doppelf. Baumwolle, wunderschön bestickt und verarbeitet nur Fr. 189.—, oder 123 Stück in schwerer doppelf. Halbleine solange Vorrat zu nur Fr. 289.—

Franko zur Ansicht **WOLLENHOF THUN** Abt. Bettwäsche.

## Jda & Antoinette

Robes et Manteaux

Kapellenstrasse 30 BERN Telefon 37898

## Trinkt

den vorzüglichen alkoholfreien

**Apfelwein**

der

**Mosterei Bern-Bümpliz**

Tel. 4 60 70