

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 32 (1942)  
**Heft:** 40  
  
**Rubrik:** Für die Hausfrau

### **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**

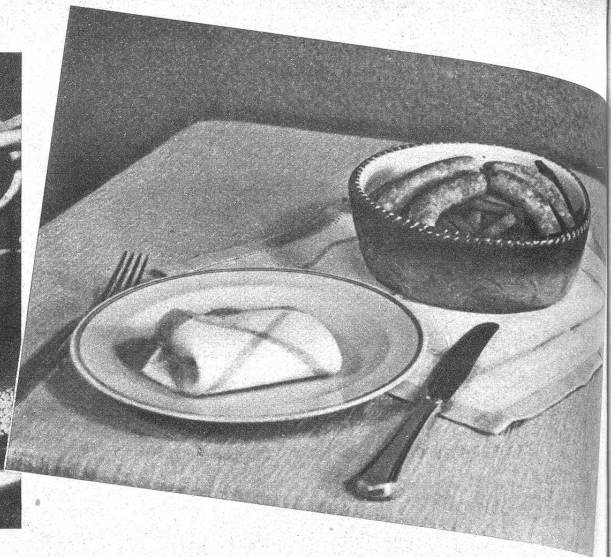
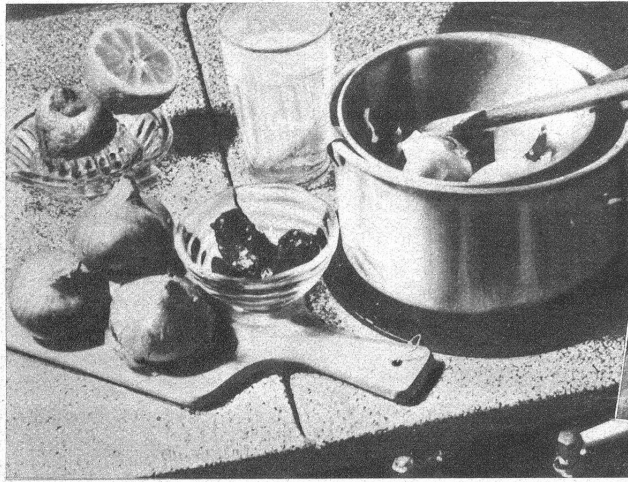
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 01.10.2025

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



## Für die Hausfrau

### Hausmittel bei leichter Erkältung

Erkältungen dürfen, auch wenn sie noch so harmlos erscheinen, nie vernachlässigt werden. Tritt Fieber hinzu, muss das Bett gehütet, und der Arzt gerufen werden. Ausser dem Teetrinken leisten oft auch die Wickel sehr gute Dienste. Es werden z. B. Zwiebeln geschnitten, dann in der Pfanne heiss gemacht, auf ein Tuch gelegt und so heiss als möglich um den Hals gewickelt. Gut mit einem wollenen Tuche zudecken, denn die Gefahr liegt nahe, dass durch die falsche Behandlung der Wickelumschläge Frostschauer hervorgerufen werden, die an Stelle der Heilung, Schaden stiften. Bei hartnäckigem Husten ratet ein altes Rezept: Eine Handvoll Isländisch Moos, 1 Viertel Pfund Kandiszucker, Fenchel, was man mit fünf Fingerspitzen fassen kann. — Diese drei Sachen werden mit einem Liter Wasser bis zur Hälfte eingekocht, dann durchgeseiht und kalt gestellt. Dreimal täglich ist von der Brühe ein Esslöffel voll einzunehmen. Immer beliebt ist ein Zwiebelsirup (siehe Bild 1). Die Zwiebeln werden geschält,

In die Pfanne kommt ein Liter Wasser, etwas Kandiszucker, der Saft einer Zitrone, ein Löffel Honig und die Zwiebeln. Den Saft bis zur dicklichen Beschaffenheit kochen, dann durchsiehen und wie Medizin trinken. Gute Dienste leistet natürlich der gut zusammengestellte Brusttee aus der Apotheke.

Wenn es kälter wird, lieben wir mehr wärmende Gerichte. Immer gut, besonders für die fleischlosen Tage sind die „Au Gratin-Gerichte“. Hier drei davon:

### Bohnen mit Würstchen

(Bild 2). 1 kg oder je nach Personen 1 Pfund Bohnen, waschen und entfäden. In Salzwasser halbweich brühen. Eine feuerfeste Form mit Oel auspinseln; dann eine Lage Bohnen, eine Lage Bodenkohlrabenscheiben (mit dem Schälmesser geschnitten), wieder Bohnen. Zwischen die Lagen ist viel feingewiegte Zwiebeln, etwas Knoblauch und Peterli zu streuen. Mit rezenten, aufgelöster Bouillon übergossen. Im Ofen eine halbe Stunde backen lassen. Mit kleinen Bratwürstchen servieren und Kartoffeln. An Stelle der Bratwürstchen kann man auch 100 g Speck in Würfel

schneiden und direkt unter das Gericht geben.

### Eine gute Apfelspeise

(Bild 3). Äpfel gut waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Eine feuerfeste Form mit flüssigem Fett auspinseln. Eine Lage Apfelscheiben, dann etwas Rosinen, geriebene Mandeln und Haselnüsse, gemischt, zwei Esslöffel Obstkonzentrat, Zimt und wenn man hat, etwas Zitronensaft. Wiederum Apfelscheiben. Darüber eine dünne Vanillesauce aus Puddingpulver zubereitet. Im Ofen aufziehen.

### Lauch au gratin

Bild 4. Lauch wird gut gewaschen und in fingerlange Stücke geschnitten. In leichtem Salzwasser schnell überbrühen. (Wasser zu Suppe verwenden). Eine feuerfeste Form mit Fett einreiben, dann eine Lage Lauch, eine Lage geriebenen Käse. Ueber alles kommt eine Sauce: 14 g Trockenvollei wird 2 Std. aufgelöst, dann mit aufgelöstem Bouillon-Würfel oder Bratensauce vermischt, etwas Mehl daruntergezogen und über den Lauch gegossen. Im Ofen 20 Minuten aufziehen.

L. R.

