

Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht

Band: 8 (1901)

Heft: 4

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 18.05.2025

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

Haushaltlicher Ratgeber

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht.

Herausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von Frau E. Coradi-Stahl in Zürich.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Bäderstrasse 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen. — Insertionspreis: Die einspaltige Zeitzeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 4. VIII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
22 Nummern.

Zürich, 23. Februar 1901.

Rechte Liebe.



Es wagt das breite Leben,
Ein wellenreicher Strom,
Mit tausendfachem Streben
Rings um den ernsten Dom.

Indes in seinem Frieden
Nur ein Gefühl sich regt,
Das, von der Welt geschieden,
Doch alles in ihr trägt;

Das, in der Welt verstummend,
In allen Herzen tönt;
Das, sich der Welt verhüllend,
Allein die Welt verschönt.

So steht die rechte Liebe,
Die von der Welt nicht trennt,
Und mitten im Gedränge
Doch hoch und einsam brennt.

B. v. Strauß.

Etwas von der englischen Küche.

Jede nationale Küche hat ihre hervorstechenden Eigenheiten, keine aber in stärkerem Maße als die englische, die nicht blos in der Bereitung der Fleischspeisen, sondern noch mehr in der Behandlung der Gemüse ihre eigenen Wege wandelt. Je mehr nun aber der Kontinent sich bisher geneigt zeigt und gezeigt hat, die Trefflichkeit der englischen Bratmethode, die das Fleisch saftig erhält, anzuerkennen und sich anzueignen, um so weniger haben wir Ausländer von jeher das geringste Verständnis für die englische Gemüsekocherei aufzubringen vermocht,

die, rund herausgesagt, nur gesottenes, kraft-, saft- und geschmackloses Gras auf die Tafel liefert. Trotz aller Vorhaltungen aber, trotz aller Spöttereien haben die Engländer bisher mit der ihnen eigenen Zähigkeit an dieser Kocherei festgehalten. Es ist daher als ein höchst bemerkenswertes Anzeichen eines auf diesem Gebiete bevorstehenden Wandels zu betrachten, daß der berühmte Rosenzüchter Dekan Doktor Hole in Rochester in einer offenen Zeitschrift an die „Wohlachtbare Kunst der Debitler“ seinen Landsleuten vor aller Welt energisch die Leviten zu lesen wagte. „In der Zubereitung und sogar in der Kultur der Gemüse sind wir Engländer tausend Meilen hinter unsern französischen Nachbarn zurück,“ erklärt Dr. Hole. „Das sogenannte „gute Schlichtkochen“ des braven Kohls, der so saftig und zart, wenn er ordentlich und sauber, dagegen so widerlich und abschreckend schmeckt, wenn er, wie bei uns, im nur halbgefüllten Topf mit festem Deckel gekocht wird — ist einfach ein „kulinarischer Schandfleck“ und an sich abscheulich genug, um dem Rufe der Nation ein „unauslöschliches Brandmal“ aufzudrücken. Und doch ist das nur eine von den zahlreichen Sünden, die in den entsprechenden Jahreszeiten ebenso an der Weitzbohne, der grünen Erbse, dem Blumenkohl und sogar an der grundehrlichen Allerweltsfreundin, der Kartoffel, bei uns verübt werden!“

Wer die englische Manier kennt, alles Gemüse nur in Salzwasser abgekocht zu Tisch zu geben und das Würzen und Fetten dem Esser selbst zu überlassen, wird dem braven Dekan ohne Umschweife recht geben. Wer aber die Engländer und ihren gerade in Bezug auf ihre Lebensgewohnheiten ausgeprägt konservativen Sinn kennt, der wird nicht genug erstaunt sein, diese — nach John Bull's Begriffen — unerhört leckeren Aeußerungen in Blättern, wie: „The Caterer“, „The Hotel World“ u. s. w. nur mit beipflichtenden, wenn auch etwas verlegenen Bemerkungen begleitet zu finden. „Diese Dinge sind allerdings allbekannt und schon lange

beklagt worden, aber was ist dagegen zu thun?" äußert eines jener Journale, während ein anderes rundweg erklärt: „Es leidet wirklich keinen Zweifel, daß wir in der Zucht der Gemüse für den Tisch noch recht viel zu lernen haben.“ Nach solchen Zugeständnissen darf man sich wohl der Hoffnung hingeben, daß sich in der That in der englischen Küche eine Wandlung vorbereitet und daß der Ausländer in nicht allzu ferner Zeit nicht mehr nötig haben wird, die englischen Gemüse an sich vorübergehen zu lassen. Es wäre das ein Sieg der rationalen Kochkunst.



Fort mit Wein und Bier aus der Kinderstube!

Alkohol ist ohnehin für das Kind das schwerste Gift, wie viel mehr aber noch, wenn sein Organismus schon geschwächt ist.

Die Wissenschaft hat festgestellt, daß der Alkohol zuerst und am meisten jene Teile zerstört, die am zartesten sind und am spätesten zur Entwicklung gelangen. Das sind jene wunderbar feinen Gehirnzellen, auf deren guter Entwicklung vornehmlich der Unterschied zwischen Mensch und Tier beruht. Diese feinsten Gebilde fehlen aber z. B. noch dem Kinde oder sind nur in ihrer ersten Entwicklung angelegt. Es fehlt dem Kinde daher die Sprache, die Urteilskraft, die Intelligenz, die Einsicht, alle die hohen sittlichen Gefühle, die unser Denken, Fühlen und Wollen beherrschen. Wie der Trunkenbold durch Lähmung dieser Gehirnteile zum Tier und unter dasselbe herabsinken kann, ist bekannt. Wer also einem Kinde Wein und Bier verabfolgt, der schädigt diese zartesten Gebilde in ihrer Entwicklung, und Jähzorn, Leichtsin, Flüchtigkeit, grobe Sinnlichkeit und alle schlechten Eigenschaften gelangen zur Herrschaft. Nichts schreckt solch einen Menschen vor Ausschweifung und Verbrechen zurück. Wenn aber die Gefängnisthür sich geschlossen hat, dann fließen die Thränen zu spät. Hättest du den Sohn früher vor dem Gifte gewarnt, das jährlich 150,000 Deutsche hinter Schloß und Riegel bringt! Warnungen und Moralpredigten hinter dem Bierglas nützen aber nichts, nur das Beispiel wirkt! Während man früher in Sparta Sklaven betrunken machte, um sie als verabscheuenswürdiges Beispiel den Knaben vorzuführen, übernimmt heute oft der eigene Vater diese traurige Rolle.

Erbarmt Euch Eurer Kinder, liebe Eltern; bewahrt doch Eure Lieblinge vor diesem unheilvollen Gifte. All die leeren Redensarten von der „nährenden“, „kräftigenden“ Wirkung des Alkohols sind längst von der Wissenschaft als widersinnig und falsch erkannt worden. Gebt diesen „nervösen ju-

gendlichen Greisen“ ihre natürliche Jugendentwicklung wieder durch gänzliche Verbannung des Alkohols, durch Einführung vernünftiger Ernährung und einer hygienisch geregelten abhärtenden Lebensweise. Wer an der Erziehung der Jugend mitzuarbeiten hat, für den ist es eine heilige Pflicht, als gutes Beispiel zu wirken. Der Arzt, der Geistliche, der Lehrer und das Haupt der Familie, der Vater, haben diese Rolle zu übernehmen. Wenn aber dem Vater die Einsicht, die Kraft oder der Mut fehlt, dann ermanne du dich, Mutter der Kinder! Hast du dein Kind lieb, so darfst du ihm Wein und Bier nicht reichen! Sei du deinem Sohne und deiner Tochter ein leuchtendes Beispiel, zeige du ihnen, daß du weißt, was du deinen Kindern schuldig bist!

(Norddeutsche Volkszeitung.)



Vortrag

gehalten an der
Konferenz der Koch- und Haushaltungs-
lehrerinnen des Kantons Baselland
am 4. Februar 1901
in Tiestal
von Emma Coradi-Stahl.

Als wir letztes Jahr an dieser Stätte zusammenkamen, da sprach ich zu Ihnen von den Pflichten einer Haushaltungslehrerin mehr in subjektivem Sinn, d. h. ich beleuchtete die Ausübung des Lehramts, sprach von den nötigen Eigenschaften der Lehrerin und wies die Wege zu deren Erwerbung. Meine damaligen Hinweise galten mehr der persönlichen Entwicklung der Lehrerin und mehr der ethischen Seite des Berufs, als der praktischen.

Heute gedenke ich mit Ihnen etwas mehr in die Praxis hineinzutreten. Die Haushaltungsschule hat, wie ihr Name andeutet, den Unterricht in allen den Gebieten zu erteilen, welche beim Haushalten vorkommen, sie hat, um sich des korrekten Ausdrucks zu bedienen, die Hauswirtschaft zu lehren. Die Hauswirtschaft ist eine Wissenschaft gerade so gut wie jedes andere, des Studiums würdige Fach, ja sie vereinigt sogar mehrere Wissenschaften in sich, wenn sie gründlich und umfassend betrieben werden soll. Da ist z. B. die Chemie ganz hervorragend beteiligt, die Botanik, die Zoologie, die Physik, die Hygiene und erst die Mathematik, das Rechnen. Ohne letzteres wird auch die wissenschaftlich betriebene Hausführung nicht bestehen können. Doch, fürchten Sie nicht, liebe Lehrerinnen, daß ich Sie in dieser kurzen Stunde in den weiten Gefilden der Gelehrsamkeit spazieren führen werde, daß ich Sie selbst zur Erteilung von Unterricht in diesen abstrakten Wissenschaften engagieren möchte. Wir bleiben hübsch bescheiden und suchen von allem etwas für unsere Haushaltungsschulen zu gewinnen und zu verwerten.

Was verlangt man nun so gemeinhin von der Haushaltungsschule?

Gar mancherlei. Oft werden Anforderungen an sie gestellt, die mit dem besten Willen nicht erfüllt werden können. Die einen glauben, nach dem Besuch eines solchen Kurses eine perfekte Köchin zu sein, andere schrauben die Erwartungen noch höher: man wird nach dem Austritt ohne weiters zur selbständigen Führung eines großen Haushalts befähigt sein. Nicht nur Kochen, nicht nur Waschen und Glätten, auch Nähen und Schneidern soll

man ja in diesen Schulen lernen. Gewiß kann man das alles, wenn man die nötige Zeit dazu nimmt. Aber wo sind diese weisen, verständigen Leute, die auf eine gründliche hauswirtschaftliche Ausbildung die ganze Dauer von wenigstens zwei Jahren verwenden?

Was ist man berechtigt, von unsern Haushaltungsschulen zu verlangen? — Von denjenigen Institutionen, die zunächst dem Volke dienen sollen?

Im Kanton Baselland hat man die Haushaltungsschulen so organisiert, daß in der Regel verschiedene Kurse nebeneinander bestehen; Weisnäh-, Kleidermach-, Koch- und Stüttekurse, die an einzelnen Wochentagen und abends unabhängig von einander abgehalten werden. Damit ist vornehmlich denjenigen gedient, die nicht längere Zeit von zu Hause wegbleiben können, um in einer Haushaltungsschule zu wohnen, wo sie die gesamte hauswirtschaftliche Bildung als Ganzes finden. Ihre Einrichtung hat neben dem Nachteil, daß eben eine abgerundete Erlernung des Haushaltens und die damit verbundene Erziehung für das Familienleben unmöglich erzielt werden kann, auch manche Vorzüge. Die einzelnen Fachkurse haben den Vorteil, daß das betreffende Gebiet ausschließlich gepflegt wird, daß die Schülerinnen ihre Gedanken im Augenblick nur diesem zuwenden und auch in der Zeit zwischen den nicht täglich wiederkehrenden Stunden sich damit befassen. Spricht man aber im allgemeinen von Haushaltungsschulen, so denkt man zunächst nicht an die Handarbeiten, sondern mehr an das Kochen und die Instandhaltung, nicht die Herstellung der Kleider und Wäsche, an die Reinhaltung des Hauses und seiner Räume etc. Ich glaube mich nicht zu irren, wenn ich heute auch nur die Vertreterinnen dieses Teils der basellandschaftlichen Haushaltungsschulen hier versammelt sehe, die Kochlehrerinnen. Ihnen liegt freilich eine Hauptaufgabe der Haushaltungsschule ob, denn sie sollen die Schülerinnen zum Hausfrauenberuf erziehen. Der Beruf der Frau besteht zunächst darin, den Insaßen ihres Hauses Behagen und Gesundheit zu verschaffen durch eine richtige Ernährung, durch Reinlichkeit im Hause, in der Kleidung, durch Fleiß und Sparsamkeit, durch Ordnungsliebe und Treue im Kleinen. Und das alles sollen Sie Ihre Schülerinnen lehren und zwar in kurzer Zeit lehren.

Dürfen wir nun etwa mutlos werden, wenn wir von vorneherein wissen, daß wir nur Unzulängliches, Unvollkommenes bieten können? Nein, gewiß nicht! Wir müssen uns auf das Erreichbare, — mit aller Umsicht und Energie auf die Elemente, die Grundlagen der Hauswirtschaft legen. Wir haben die Menge des Unterrichtsstoffes zu konzentrieren, wir haben gleichsam die Quintessenz herauszufinden, das Notwendigste herauszugreifen. Wir müssen vor allem den häuslichen Sinn zu wecken, die Liebe zu den Hausgeschäften zu pflegen suchen, damit unsere Schülerinnen angeregt werden, sich immer weiter zu bilden, immer tüchtiger, immer umsichtiger und sicherer zu werden im Leben draußen. Wir dürfen sie deshalb auch nicht bloß beschäftigen mit allerlei Arbeiten in Küche und Haushalt, sondern wir müssen sie unterrichten, wir müssen jede, auch die einfachste Verrichtung begründen und erklären, weshalb sie so und nicht anders gemacht werden muß. Das bedingt aber, daß auch wir frisch und aufgeräumt, vorbereitet in die Schule treten, daß auch wir unsere Kraft auf diese paar Stunden konzentrieren. Die Antwort auf meine Frage von vorhin: Was ist man aber berechtigt, von unsern Haushaltungsschulen zu verlangen, heißt also klipp und klar: Die ausgetretene Schülerin muß eine gute Suppe kochen, eine gute Hausmannskost zubereiten können. Sie muß mit den vorhandenen Mitteln auszukommen verstehen und muß dabei Küche und Haus in Ordnung halten.

Da ist es vor allem notwendig, daß die Haushaltungslehrerin ihr Arbeitspensum genau kennt, wenn sie einen Kurs beginnt, sie muß wissen, wie viel Zeit sie darauf verwenden darf, welchen Bildungsgrad und welche Vorkenntnisse sie bei ihren Schülerinnen etwa voraussetzen kann. Es ist von der größten Wichtigkeit, daß sie vor Beginn eines Kurses einen ganz bestimmten Plan ausarbeitet.

Tageskurse haben meistens eine etwas andere Aufgabe als Abendkurse. Die Tageskurse werden an den meisten Orten den Zweck haben, in der guten bürgerlichen Küche zu unterrichten; es sind also mehr bloße Kochkurse und nicht Haushaltungskurse, weil die Gelegenheit fehlt, auch die übrigen Obliegenheiten des Hauswesens praktisch zu üben. Man richtet wohl das Speisezimmer, deckt den Tisch, serviert und wäscht vielleicht noch die Küchenwäsche. Alle diese Dinge gehören zum Kochkurse; sie sind ja sehr nützlich und notwendig und bilden einen Teil des hauswirtschaftlichen Unterrichts. Theoretische Haushaltungskunde und Ernährungs- und Gesundheitslehre sind in der Regel nicht damit verbunden. Nicht überall findet sich so ein wohlberatener und dabei uneigennütziger Lehrer, wie z. B. Pratteln ihn in Herrn Dr. Martin besitzt. Wie ich zu meiner Freude erfahren habe, erhalten Sie auch hier in Riestal gleichzeitig theoretischen Unterricht in der Haushaltungskunde. Ich betrachte dies als einen großen Fortschritt und bin überzeugt, daß manche Belehrung und Aufklärung, welche die Töchter hier empfangen, sie ihr Leben lang begleiten und segensreiche Früchte zeitigen wird. Sie werden oft Gelegenheit haben, das hier Gehörte und Gelernte im Leben zu erproben, sie werden manches Vorurteil ablegen, alte irrümliche Anschauungen begraben, vorteilhaftere Gebräuche einführen und zwar dies alles mit Bewußtsein, sie haben die Gründe kennen gelernt, welche die jeweiligen Verrichtungen gerade in dieser Weise bedingen. Sie werden also nicht bloß die Zubereitung verschiedener extra guter Dinge gelernt, sondern noch manches weitere Wertvolle dazu sich zu eigen gemacht haben.

Bevor wir nun auf die eigentliche Anlage eines derartigen Kochkurses eintreten, sehen wir einen Abendkurs, oder sagen wir einen Kochkurs für die einfachsten Verhältnisse, sei er nun für Kinder oder Ermachene berechnet, etwas genauer an. Hier liegen die Verhältnisse nun ganz anders. Der Hauptzweck dieser Kurse liegt in der Regel darin oder soll wenigstens darin bestehen, mit möglichst wenig Mitteln in möglichst kurzer Zeit eine nahrhafte und schmackhafte Mahlzeit zubereiten zu lehren.

Mit möglichst wenig Mitteln, d. h. wir dürfen nur das absolut Notwendige an Zutaten verwenden, um das Gelingen des Gerichts nicht zu gefährden und um dessen Nährwert nicht zu vermindern, also alle entbehrlichen Gewürze und überflüssigen nur raffiniertem Genuß dienenden Ingredienzen wegzulassen.

Damit soll freilich nicht gesagt sein, daß wir etwa die billigsten Produkte dazu beschaffen, das wäre eine grundsätzliche Sparsamkeit. Man kaufe im Gegenteil stets gute Qualitäten von Nahrungsmitteln. In der Regel sind sie ausgiebiger und demzufolge nicht teurer und dabei schmackhafter.

In möglichst kurzer Zeit heißt die zweite Forderung. Das will nun nicht etwa bedeuten: Mache ein rechtes Höllefeuer unter deinen Kochtöpfen, damit die Gerichte bald gar sind. Das wäre wieder ein schlimmer Irrtum, denn bekanntlich bedarf es gar keiner Steigerung des Hitzegrades mehr, sobald einmal der Siedepunkt erreicht ist und wir können ruhig auf kleinem Feuer weiter kochen lassen, ohne Gefahr zu laufen, daß unsere Speise in der überhaupt dazu anberaumten Zeit nicht weich werde. Das beste Beispiel liefert nebenbei gesagt hiefür der Selbstkocher, von Susanna Müller in Zürich erfunden und in tausenden von Haushaltungen eingeführt. Hier werden die Speisen ganz ohne Feuer durch Luftabschluß auf oder nahe am Siedepunkt erhalten

und auf diese Weise gar gekocht. Freilich braucht es dann eine etwas längere Einwirkung dieser mäßigen Hitze. Der Müller'sche Selbstkocher ist gerade für denjenigen Hausstand, in welchem gespart werden muß und zwar an Zeit und an Geld, ein äußerst beachtenswertes Küchengerät. Er ermöglicht der Hausfrau, welche am Morgen ihre kurz vorgekochten Gerichte einstellt, sie mittags gar herauszunehmen; sie hat also während des Vormittags einige Stunden Zeit gewonnen, hat kein Brennmaterial mehr gebraucht und somit auch Geld erspart. Uebrigens besitzt dieser vortreffliche Hausfreund auch noch die Eigenschaft, daß er nichts anbrennen oder anstehen läßt, daß Fleisch und andere Speisen weniger zusammenfallen, also ausgiebiger sind, daß sie auch an Verdaulichkeit gewinnen, indem alle Zellen und Fasern in den Nahrungsmitteln durch längere und gleichmäßige Wärme mehr gelockert werden. Leider ersichert gerade die Kürze der jeweiligen Dauer eines Kochabends die Benutzung des Selbstkochers, was sonst aus volkswirtschaftlichen Gründen sehr wünschenswert wäre.

Doch kehren wir nach dieser kurzen Absehwweifung wieder zurück zu unserm Kochkurs und suchen wir den richtigen Weg, um rasch zu einer kräftigen Mahlzeit zu kommen. Da kommt es nun vor allem auf eine sorgfältige Auswahl derjenigen Gerichte an, die keine lange Zeitdauer der Zubereitung bedürfen. Wir haben uns bei der Wahl derselben an landesübliche Gewohnheiten zu halten; dieselben von heute auf morgen verdrängen zu wollen, wäre ein thörichtes Beginnen, das wir durch Nichtbeachtung unserer Räte und Lehren büßen könnten. Wir haben nur diese Gewohnheiten zu corrigieren, wo es nötig ist, haben beharrlich auf das Bessere hinzuweisen und dabei vornehmlich auch die folgende Forderung zu erfüllen: sie sollen gleichzeitig nahrhaft und schmackhaft sein. Was heißt nahrhaft? Nahrhaft ist eine Speise, wenn sie in einer kleinen Menge möglichst viel und in der richtigen Mischung von den Grundstoffen enthält, aus welchen unser Körper besteht. Diese Stoffe heißen bekanntlich: Wasser, Eiweiß, Stärke und Zucker (Kohlehydrate), Fett und Salze. Es ist hier nicht der Ort, auf das Gebiet der Ernährungslehre weiter einzutreten; hier soll nur betont werden, daß es eine Hauptaufgabe der Koch- und Haushaltungslehrerinnen ist, die Lehre von der Ernährung in die That umzusetzen, daß sie das, was sie weiß über den Aufbau und die Zusammensetzung des menschlichen Körpers und über die Erhaltung desselben, hier im Kurse zur Anwendung bringt, indem sie die Mahlzeit, die ja meistens in zwei oder drei Gerichten besteht, so zusammenstellt, daß sie eben jene Grundstoffe in richtiger Mischung enthält. Sie soll dies aber nicht stillschweigend tun, sondern sie soll jenen die Erklärung dazu auch den Schülerinnen zugänglich machen, soll stets und wiederholt darauf hinweisen, warum wir des Eiweißes, der Stärke, des Zuckers, des Fettes, des Wassers bedürfen und dabei auf die wertlosen Speisen und Getränke ebenfalls hinweisen.

(Schluß folgt.)



Praktische Art des Einheizens. Die Steinkohlen geben mehr Hitze, wenn man beim Einlegen nicht die frischen Kohlen auf die bereits im Ofen befindlichen wirft, wie dies allgemein üblich ist, sondern die letztern, wenn sie ordentlich durchgebrannt sind, nach dem hintern Teil des Ofens schiebt, die frischen Kohlen dann vorn gegen die glühende Schicht legt, so daß sie nur auf einer Seite mit denselben in Berührung kommen. Hier

durchferzt man, daß die den frischen Kohlen entstehenden Gase über die glühenden Kohlen hinstreichen und bereits auf diesem Wege verbrannt und nutzbar gemacht werden, während sie bei dem erstgenannten Verfahren des Aufhäufens der frischen Kohlen, unbenutzt zum Schornstein hinausfliegen. Falsch ist es, die Kohlen naß zu machen, in dem Glauben, daß sie im feuchten Zustande „besser brennen“. Hestiges Zischen beim Werfen feuchter Kohle ins helle Feuer bedeutet nicht etwa eine rasche Entzündung oder eine Verstärkung der Hitze, sondern nur eine Verdampfung des Wassers. Ehe nicht alles Wasser in Dampf verwandelt ist, kann von einer Entzündung der Kohlen gar keine Rede sein. Nach einem bekannten Naturgesetze wird bei der Verdampfung des Wassers Wärme gebunden, die uns in keiner Weise zu gute kommt. Nur backende Kohle soll man ein wenig anfeuchten, weil durch die Verdampfung des Wassers das Bilden größerer Klumpen verhütet wird.

Bürsten und Kämme zu reinigen.

Man streue heiß gemachte Weizenkleie dick in die Borsten, lasse sie so einige Zeit stehen und klopfte sie dann tüchtig aus. Oder man taucht die Bürsten in Ammoniak. Dies wiederholt man öfter und spült mit Wasser nach. Kämme kann man ebenfalls so reinigen. Auch kann man Bürsten in ausgekühlte Soda legen, nach zwei Stunden schwenkt man sie tüchtig und trocknet sie im Schatten. Kleiderbürsten reinigt man auch, indem man einen Bogen auf einen Tisch legt und dann scharf über die Kante bürstet. Zahnbürsten müssen nach jedesmaligem Gebrauch in klarem Wasser ausgespült und dann trocken abgerieben, d. h. mit einem Tuch getrocknet werden. Sie bedürfen dann keiner besonderen Reinigung, halten sich jahrelang. Hautschukämme legt man zur Reinigung einige Stunden in Spiritus, spült sie ab und trocknet sie im Zimmer, doch nicht in der Wärme.

Petroleumlampen-Dochte zu behandeln.

Man verhindert das Hartwerden derselben durch Auskochen mit Seifenwasser, danach Austrocknen. Auch ist es ratsam, den neuen Lampendocht, bevor man ihn einzieht, 12 Stunden in Essig zu legen. Man drücke denselben nachher gut aus. Die Lampen pflegen dann nicht mehr zu dunsten. Namentlich bei Lampen mit kleinen Brennern ist dies einfache Verfahren sehr zu empfehlen.

Schlittschuhe vor Rost zu schützen.

Wenn man beim Schluß des Winters die Schlittschuhe verwahrt, muß man sie zuerst mit einer Speckschwarte abreiben, dann mit feingeschabter Kreide bestreichen und fest in Pelpapier einwickeln. Danach thut man sie in einen Kasten.

Flecke in weißem Atlas. Man tauche reine weiße Watte in erwärmten Spiritus und reibe damit die befleckte Stelle. Auf diese Weise kann man ebenfalls beschmutzte helle Atlaschuhe wie neu herstellen.

„Mein Hausfreund“.



Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: Maisuppe, Rindfleischvögel, Kartoffeln mit Kräuterbutter*, Zitronenauflauf.
 Dienstag: Tapiokasuppe, Schweinskeule*, weiße Böhnli*, kalte Apfelspeise*.
 Mittwoch: Nestsuppe, Wienerschnitzel, Makaroni, dünne Zwetschgen.
 Donnerstag: Erbsuppe, Sauerkraut mit Schweinefleisch, Salzkartoffeln.
 Freitag: Weiße Fischsuppe*, Filetbraten, Reistrouettes, Eingemachte Birnen.
 Samstag: Gerstensuppe, Gebackene Schweinsfüße, Randen als Gemüse*.
 Sonntag: Fleischlößchensuppe, Marinirte Tauben*, Kopfsalat, Kartoffelauflauf*, Vanillecrème.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden.

Koch-Rezepte.

Weiße Fischsuppe. 1/2 Kilo bis 1 Kilo Fisch wird in Salzwasser gekocht, von den Gräten befreit und mit zwei hartgekochten Eiern, nebst zwei in Milch geweichten und wieder ausgedrückten Mundbroden im Mörser gestoßen, worauf man die Masse mit einer hellen Mehlschwitze über dem Feuer verrührt, mit einer dünnen Brühe von getrockneten Erbsen, Salz und Wurzelwerk auffüllt, eine Stunde darin verkocht, durchschlägt und über gerösteten Semmelschnitten anrichtet.

Marinirte Tauben. Die Tauben werden in Hälften zerteilt, die man drei Stunden lang in eine Marinade legt, welche man aus Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Nelken, Zwiebeln und etwas Lorbeerblatt bereitet hat. Nun quirlt man einen dünnen Teig aus Weizenmehl, Eidottern und Weißwein, taucht die Tauben hinein, bäckt sie in frischem Schweineschmalz aus, taucht Sträußchen von frischer Petersilie in den nämlichen Teig, bäckt auch diese in Schweinefett aus und belegt die Tauben beim Anrichten damit. Man gibt dieses vorzügliche Gericht entweder nach der Suppe oder als Mittelschüssel. Herzen, Lebern und Magen der Tauben können mit ausgebacken werden.

Schweinskeule. Nachdem man das obere Bein von dem Schinken abgehauen und alles Schwarze abgeschnitten hat, wässert man denselben über Nacht, trocknet ihn ab, schneidet die Schwarte herunter, bestreut ihn mit einer Mischung von etwas gestoßenem Pfeffer, Nelken, Lorbeerblättern und Salbei, oder mit Thymian, Majoran, Estragon und Basilikum, schlägt ihn dann in eine große, fingerdicke ausgerollte Teigplatte von Brotteig fest ein, so daß nirgendwo der Saft herausbringen kann, legt ihn auf ein mit Mehl bestreutes Blech und bäckt ihn im Backofen 3—4 Stunden.

Kartoffeln mit Kräuterbutter. à la maître d'hôtel. Für 6 Personen wird 1 Kilo nicht zu mehliges Kartoffeln geschält und in gleichmäßige Scheibchen geschnitten. 20—30 Minuten vor Essenszeit werden sie in reichlich frischer Butter über mäßigem Feuer gedämpft, mit Salz und Pfeffer gewürzt, mit 1—2 Schöpföffel Fleischbrühe abgelöscht und sorgfältig weichgekocht. Vor dem Anrichten werden ein nußgroßes Stück frische Butter, 1—2 Eßlöffel Zitronensaft, 1 Gäßchen „Maggi-Würze“ und etwas gebackte Petersilie und Schnittlauch vermischt und hiermit die Kartoffeln einigemal ohne zu kochen durchgeschwungen.

Weiße Böhnli. 1/2 Kilo weiße Böhnli werden über Nacht in weiches Wasser eingelegt und mit diesem Wasser, unter Beigabe des nötigen Salzes, weich gekocht (1 Stunde), abgeschüttet, mit kaltem Wasser übergossen, abgetropft und durch ein Sieb getrieben. Verwiegte Petersilie und

Zwiebeln werden mit 1 Löffel (20 Gr.) Mehl in 50 Gr. Fett gedünstet, mit Fleischbrühe oder Wasser abgelöscht, nach Belieben mit einem kleinen Löffel Essig und Pfeffer, gewürzt und mit den Böhnli 1/4 Stunde gekocht. Hat man Fleischbrühe, so genügen 30 Gr. Fett. Die im Salzwasser weich gekochten Böhnli schmecken sehr gut mit verwiegter Zwiebel, Pfeffer, Essig und Del als Salat. Kochzeit: 1 1/2 Stunden. „Volkarts Kochbüchlein.“

Randen als Gemüse. Wie zu Salat vorbereitet d. h. samt den Wurzeln gekocht, heiß geschält und fein gehackelt, legt man sie kurz vor dem Auftragen rasch noch in eine heiße Sauce, mit welcher man sie anziehen läßt und, sobald sie heiß sind, aufträgt. Zur Sauce nimmt man 30 Gr. Butter, dämpft darin einen kleinen Theelöffel voll Zucker und 15 Gr. Mehl blasig, löst das mit einem Löffel voll Burgunderessig ab, gibt 1 Deziliter sauren Rahm und so viel heißes Wasser dazu, daß es eine dickliche Sauce gibt. Nach Belieben kann man in der Butter noch etwas Zwiebeln mitdämpfen.

S. Müller's „Hausmütterchen“.

Pikanter Kartoffel-Auflauf. Zwölf große Kartoffeln werden in der heißen Asche oder im Bratofen gebraten. Nach dem Auskühlen schält man sie und zerreibt sie mit 100 bis 120 Gr. Butter im Reibenapf mit einer Holzkeule und gibt allmählich 5 Eidotter, 1/4 Liter sauren Rahm, 100 Gr. geriebenen Käse, 2 Löffel Mehl, etwas Salz und den Schnee der Eiweiß darunter, füllt ihn in eine gebutterte Form und bäckt ihn eine Stunde im Ofen.

Vorzügliche kalte Apfelspeise. Zu zwei Liter Wasser nimmt man zwei Pfund Äpfel, die man roh gerieben hat, oder besser noch, 1/2 Pfund Apfelfringe, ein Pfund Zucker, den Saft von zwei, die geriebene Schale von einer Zitrone, kocht alles zusammen gut auf, bis es ganz zerflohen ist, darnach schüttet man es durch einen Durchschlag, löst für 40 Cts. halb rote, halb weiße Gelatine in kochendem Wasser auf, gibt dies hinzu, füllt es in Schalen und rührt noch bis zum Erkalten öfters um. Man gibt eine Vanillensauce dazu. Für zwölf Personen ausreichend.

Eierkuchli. Acht Eier, eine halbe Tasse süßen Rahm oder in Ermangelung dessen 50 Gr. süße Butter werden schaumig gerührt, zirka 700 Gr. Mehl darunter gewirkt, eine Prise Salz beigegeben und auf dem Wirfbrett zu einem zarten luftigen Teig geknetet, ganz dünn ausgewallt und mit dem Bäckrädchen oder Messer runde oder viereckige Stücke daraus geschnitten, diese in der Hand so dünn ausgezogen, daß sie durchscheinend werden. Wenn zwei Personen bei der Arbeit sind, so kann mit dem Backen in heißem, schwimmendem Fett sofort begonnen werden. Andernfalls empfiehlt es sich, die einzelnen ausgezogenen Stücke auf einem großen, mit reinem, mehlsäubtem Tuche belegten Tische nebeneinander zu legen und nachher zu backen. Ein Haupterfordernis ist ein gut gewirkter, elastischer Teig. Nach dem Backen werden die Kuchli mit gestoßenem Zucker bestreut.

Fastnachtküchli. Ein Kilo gewärmtes Mehl, zwei Kaffeelöffel voll Salz und ein Kaffeelöffel voll Backpulver (Mischung von ein Teil Natron und zwei Teilen pulverisiertem Weinstein) werden miteinander gemischt mit acht Zehntel Liter warmer Milch, worin 80 Gr. Butter zerlassen ist, zu einem schönen, geschmeidigen Teig gearbeitet, bis dieser nicht mehr an den Händen klebt und blasig ist. Dieser wird dann messerrückendick ausgewalzt, in 10 Cm. große Vierecke geschnitten, in heißer schwimmender Butter gebacken und am besten frisch serviert.



Die Jugendfrische alter Leute wird von der „Jugendgrube“ folgendermaßen erklärt: „Die Thatsache, daß viele Staatsmänner, Gelehrte, Künstler

ler, Schriftsteller u. s. w. noch in dem hohen Alter von mehr als 80 Jahren sich eine große Geistesfrische bewahrt und Bedeutendes geleistet haben, sollte nicht nur der Jugend zum Ansporne dienen, ihre körperlichen und geistigen Kräfte maßvoll bis ans Ende zu üben, sondern auch alte Leute über 70 Jahre ermuntern, nicht vorzeitig einzurosten oder ganz auszuruhen." Es werden nun Beispiele von Männern angeführt, die im Alter von über 80 Jahren noch arbeiteten und zwar zum Teil in hervorragenden, verantwortungsreichen Stellungen: Michelangelo, Lixian, Voltaire, Franklin, Newton, Lord Brougham, Lord Palmerston, Gladstone, Kant, Göthe, Leopold v. Ranke, Kaiser Wilhelm I., Molke, Bismarck, Windthorst, der Naturforscher Geinitz, der Schriftsteller Heinrich Kruse. „Forcht man nach den Ursachen solcher Geistesfrische hochbejahrter Männer, die früher einen geistig höchst anstrengenden Beruf ausfüllen mußten, so wird man meist hören, daß sie bemüht waren, sich eine harmonische Gemütsstimmung zu erhalten, daß sie die Natur liebten, viel in freier Luft, vor allem regelmäßig und nicht unmäßig lebten. Nach der Statistik pflegen Forstleute und Landpfarrer das höchste Alter zu erreichen. Der im Jahre 1815 geborene und geistig noch so produktive Kruse schreibt auf eine Anfrage nach seiner Lebensweise unter anderem: „Ich esse sehr wenig und trinke Spirituosen gar nicht, Wein sehr selten, fast nie mehr als ein halbes Glas. Und dabei habe ich eine feste Gewohnheit: ich esse nie mehr, als bis ich das Gefühl der Sättigung habe. Die meisten Menschen halten es für ihre Pflicht, alles aufzuessen, was sie oder andere ihnen auf den Teller gelegt haben. Ich lege, wenn ich satt bin, sofort Löffel oder Gabel und Messer bei Seite und sage: „Ne quid nimis“. Lord Palmerston, in dessen Familie Kruse Hauslehrer war, pflegte zu sagen: „Ich habe stets am Abend mit meinen Kleidern auch meine Sorgen abgelegt. Die Sorgen töten, nicht die Arbeit.“ Es ist damit in der That das Geheimnis enthüllt, wie man auch in einem Leben voll Arbeit und Kummer doch alt werden kann. Man bewahre sich eine harmonische, dankbare Gemütsstimmung bei mäßigem Leben und maßvoller Arbeit.“

* Krankenpflege. *

Vergiftungen durch Gase. Leider treffen wir im Leben nicht selten auch die schweren Formen der Ohnmacht, welche zum Tode führen und energische Hülfe verlangen; das sind vor allem Vergiftungen durch Gase: Kohlenoxyd, Leuchtgas und Kohlenäure. Manche Fälle werden jeden Winter, aller Erfahrung zum Troste, durch Zimmeröfen und manche durch das Kohlenglatteisen — eine der unglücklichsten Erfindungen der Neuzeit — veran-

laßt. Meist treffen wir den Vergifteten halb oder ganz bewußtlos, mit gerötetem Gesichte und glänzenden Augen, die Arme sind schlaff und die Beine versagen ihren Dienst; zeitweise treten Zuckungen auf, die an epileptische erinnern; allmählich werden diese schwächer, der Vergiftete atmet langsam, seine Pulse verschwinden und mit blühend roten Wangen sinkt er in den Todesschlummer. Solche, welche im Bette vom Kohlendunst ihres Ofens oder durch entweichendes Leuchtgas vergiftet wurden, erwachen nicht selten mit rasendem Kopfschmerz, ahnen ihr Unglück und greifen sofort nach dem besten Mittel, der Oeffnung des Fensters. Aber sehr oft erreichen sie dieses mit ihren schon gelähmten Beinen nicht mehr und man findet sie dann zwischen Bett und Fenster tot am Boden. Unsere Hülfe heißt hier vor allem: frische Luft, rücksichtsloseste Oeffnung aller Fenster, erst im Unglücksrevier, dann in den bessern Gemächern, in welche der Kranke zu verbringen ist. Dann kommen Versuche zu künstlicher Atmung, die oft noch erfolgreich sind.

Nachher kommen andere Hilfsmittel: Belegung der Haut durch warme Tücher und Decken, durch Reibungen, Antreibung des Herzens durch kräftigen Wein, sobald der Kranke nämlich schlungen kann.

Leuchtgas, Kohlenoxyd und Kohlenäure sind Gifte, welche das Gehirn und die Blutzellen lähmen, diese zur Aufnahme des Luftsaurestoffes unfähig machen, also durch Luftmangel töten, d. h. ersticken.

Kinderpflege und -Erziehung.

Die Zeitschrift „Gesunde Kinder — Gesunde Frauen“ macht darauf aufmerksam, wie nachteilig alle jene **Spiele** wirken, bei denen es auf Gewinn oder Verlust abgesehen ist; obenan steht hier das Kartenspiel. Sehr treffend sagt Niemeyer hierüber: „Sie sind die gefährlichste Beschäftigung; denn sie werden, ehe man es denkt, zur Leidenschaft, zur elenden, geist- und herztötenden Leidenschaft. Man sollte zittern, wenn man Kinder, voll heißer Begier nach Gewinn, am Spieltisch sitzend oder dahinterstehend erblickt. Umsonst versucht man sie durch die interessantesten Gespräche, selbst durch fröhliche Spiele von den Karten abzuziehen. Sie hören nichts, sie sehen nichts, sie denken nichts, als an Spiel und aller Sinn für bessere Freuden ist abgestumpft. Es ist unaussprechlich, welche Vermüftung diese unselige Leidenschaft in jugendlichen Seelen anrichtet. Ich bitte alle Erzieher auf's dringendste, sich nicht durch eigenes Beispiel so sehr an der Jugend zu veründigen; ich bitte alle Eltern, keine Kinder zu ihren gewöhnlichen Spielgesellschaften zu ziehen. Die lautesten, wildesten, gefährlichsten Spiele sind so gefährlich nicht als zur Leidenschaft gewordene Gewinnspiele.“

Die Eltern sollen daher sorgfältigst über die Spiele ihrer Kinder wachen und ihnen strengstens alle Gewinnspiele verbieten. Auch sollen sie ihnen öfters vorstellen, daß derlei Spiele auf den Weg des Verderbens hinüberführen, daß sie sehr oft den Keim alles Guten in der Blüte des Lebens zu ersticken im Stande sind.



Alpenveilchen, die jetzt in schönster Blüte stehen, dürfen nicht in zu warmen Zimmern aufgestellt werden. Durch zu hohe Wärme werden die Blumenstiele zu lang, vermögen die Blumen nicht zu tragen und geben dann der Pflanze ein unschönes Aussehen. Außerdem verblühen die Blumen in kurzer Zeit. Am besten gibt man den Pflanzen einen Platz im Doppelfenster oder im Fenster eines mäßig geheizten Zimmers; man kann die Knollen auch im feuchten Moos kultivieren. Vasen, Töpfe oder Schüsseln werden, ohne stark zu pressen, mit frisch gesammeltem Waldmoos gefüllt und die Knollen eingesetzt. Man hält das Moos stets feucht. Am häufigsten wendet man dieses Verfahren auf Crocus und Duc-van Toll-Tulpen an, die im Moos ganz vorzüglich gedeihen.

Kürzer werdende Stiele bei Fächerpalmen. Nicht selten kommt es bei genannten Palmen vor, daß die Stiele der neuerscheinenden Blätter sitzen bleiben, d. h. sie erreichen bei weitem nicht die Länge der übrigen Stengel und hat solches gewöhnlich in dem Standort der Pflanzen seinen Grund. Ist derselbe nicht warm und sonnig genug, so tritt der erwähnte Uebelstand leicht ein. Man sehe daher auf genügend warmen Standort der Pflanzen besonders im Winter. Es kommt andererseits auch wieder oft vor, daß die Spitzen der Palmblätter trocken werden, woran dann in der Regel die Lufttrockenheit schuld ist. Häufiges Besprengen der Pflanzen ist daher unerlässlich, auch sollte auf dem Ofen beständig ein Gefäß mit Wasser stehen.



Junge Enten erheischen unausgesetzte sorgfältige Behandlung und wachsame Beaufsichtigung. Schon mancher Züchter fand sie abends noch wohl- auf und am nächsten Morgen tot am Boden liegen, ohne über das Warum sich Rechenschaft geben zu können. Man muß auch vor ihren vierbeinigen Feinden, den Katzen, Mardern und Füchsen auf der Hut sein. Gleichwohl taugt es nichts, sie die Nacht über gar zu enge einzuschließen, so daß sie

aus Mangel an Raum sich dicht aufeinander scharen müssen. Man füttere auch etwas animalische Stoffe und ausgiebiges Grünzeug. Vor- sichtig ist insbesondere in Bezug auf die Trinfgelegenheit an- gezeigt. Die Gefäße müssen so gefüllt werden, daß die Ente ihren Schnabel weit genug hineinstrecken kann, um die Nasenlöcher frei zu erhalten. So- bald die Nase sich verstopft, was bei flachen Ge- fäßen leicht möglich ist, so ist es meist schon um die Ente geschehen



Antworten.

11. Um Handarbeitszeichnungen zu kopieren und auf den Stoff überzutragen, braucht es zwei Manipulationen. Zuerst das Abnehmen des Musters. Man legt zu diesem Zweck sogenanntes Paus- oder Pauspapier, oder wenn nicht erhältlich, sonst ein durchsichtiges Papier auf die Vorlage, beschwert dasselbe an drei bis vier Stellen außerhalb der Zeichnung mit Gewichtsteinen oder dergleichen und zeichnet mit einem weichen Bleistift nach. Die so gewonnene Zeichnung wird nun auf einer glatten weichen Unterlage „gestüpfelt“, d. h. man sticht mit einer Nadel in reelmäßigen Zwischenräumen kleine Löcher. Die Rückseite dieses Papiers wird glatt gerieben mit einem Bimsstein oder einer festen Rolle aus Tuch- enden. Dann bringt man je nach der Farbe oder Art des Stoffes weißes Farbpulver (Kreide zc.) oder schwarzes oder blaues (Kienruß, Waschblau) in ein dünnes Leinwandläppchen das man fest bindet; das Pulver darf nicht lose sein. Nun legt man die durchlochte Zeichnung auf den Stoff, beschwert sie auch hier, daß sie fest aufliegt und fährt nun mit dem „Pausch“ in der Weise darüber, daß man eher tupft und drückt, als darüber streicht. Nun bedient man sich weißer oder blauer oder schwarzer Farbe und malt die Zeichnung nach. Man kann auch zum Pausen schon ein Farbpulver kaufen, welches nachher ent- weder aufglättet oder mit Spiritus fixirt wird. Will man die Arbeit rasch ausführen so genügt auch ein farbiger Bleistift zum nachzeichnen.

12. Bestes Nahrungsmittel für Säuglinge ist die Milch der eigenen Mutter, wenn sie gesund und kräftig ist. Andernfalls: Kuh- oder Ziegenmilch, unter Beimischung von Rahmannischer „Vegetabilischer Milch“ oder einer Lösung von Nüssen und Mandeln behufs Verhütung von Klumpenbildung des Tierkaseins; zudem ganz wenig Milch- zucker oder aufgelösten Honig. Wasserzusatz ist nicht nötig. Die Milch soll nicht zum Sieden gebracht, sondern nur bis zur Bluttemperatur (28—30° R.) erwärmt werden. Der Alte.

12. Das beste Kindernahrungsmittel ist die Mutter- milch. Wo diese gänzlich fehlt oder wegen Krankheitsan- lage der Mutter, die Brust nicht gereicht werden darf, ist die Kuhmilch das beste Ersatzmittel. — Weiteren Er- läuterungen darüber aber möchte ich noch ein Wort voraus- schicken über das Stillen.

Leider habe ich vielfach die Erfahrung gemacht, daß da, wo bei einer Mutter nicht selbst der sehnliche Wunsch da ist oder nicht Energie genug (und wie oft fehlt die gerade nach den schweren Stunden) das Kind stillen zu wollen, die Hebammen viel zu schnell sagen: Ja da ist nichts zu machen, probieren Sie's nur nicht zc. Oft stellt sich allerdings das Kleine ein wenig ungerberdig oder es will sonst nicht gleich gelingen und kostet der Mutter manchen Schweißtropfen; aber sie lasse sich doch nicht betrennen, wiederholte und ernsthafte Versuche zu machen. Auch solche Mütter, die kleinere Mengen Milch verab-

zeichnen können, sollten es tun und wie die Gabe beim Stillen kommt, so befördert oft der Akt des Stillens die Milchabsonderung. Ich z. B. hatte schon nach wenig Wochen nicht genügend Milch und habe dann meinem Erstgeborenen doch an die 20 Wochen die Brust gereicht. In den Zwischenpausen wurde verdünnte Kuhmilch gereicht und diese wurde von meinen Kindern nebst der Muttermilch gut vertragen. Der erste Monat verlangt Verdünnung mit Wasser unter Zuckerzusatz. Doch läßt sich da schwerlich eine bestimmte Norm aufstellen. Einzelne Kleine vertragen bloß $\frac{1}{3}$, andere dagegen schon zur Hälfte Milch — da ist selbst ärztliche Theorie nicht immer maßgebend und muß eine Mutter eben probieren bis sie das Richtige herausfindet. — Nach dem ersten Monat kann mit Haferkleim statt mit Wasser verdünnt werden und habe ich z. B. mit meinen Kindern sehr gute Erfolge erzielt. Die „Aufzehr übertriebene „Wassermethode“, die viele Kinderärzte befürworteten, weicht nun doch allmählich wieder der bessern Ansicht, daß auch das beststerilisierte Wasser keinen Nährgehalt besitzt. Früher wurde mit Erfolg das Weibezahn'sche Hafermehl verwendet, Frau Dr. Heim's Schriftchen, das vor 2 Jahren herausgegeben und um 15 Cts. bezogen werden kann, habe ich's zu verdanken, das vorzügliche Neuronat-Hafermehl kennen gelernt zu haben. Sie können es in allen besseren Apotheken beziehen, die Hauptniederlage in Zürich hält, glaub' ich, die ehemals Eidenbenz und Stürmer'sche Apotheke im Niederdorf. Frey's Kraft-Hafermehl wird es gewöhnlich genannt und kostet die Büchse Fr. 1.50. Davon bereitete ich folgendermaßen den Schleim. In siedendes Wasser wird das zu dünnem Brei mit kaltem Wasser angerührte Hafermehl langsam, unter stetem Umrühren gegossen und 20 Minuten ob kleinem Feuer (auf dem Petrol- oder Gasherd) gekocht und mit einer kleinen Kelle oft bis auf den Grund diese Mischung verteilt und dann durch ein feines Sieb geschüttelt und bei jeder Mahlzeit das nötige Quantum davon zur Milch zugefetzt. Mit dem Alter soll in normalen Verhältnissen wie beim Wasser an Schleim immer weniger gereicht werden und mehr Milch, dagegen darf ersterer dicker gemacht werden. Auf diese Weise vertrug mein letztes Kind die reine Kuhmilch viel schneller als andere Kinder, denen nur Wasser als Verdünnung verabreicht wurde. All den vielen, in allen Tonarten angepriesenen Surrogaten habe ich keinen Willen und möchte Ihnen wirklich empfehlen, damit keine Versuche zu machen. Halten Sie sich an Frau Dr. Heim's Schriftchen. Frau Dr. Heim ist nicht nur Arzt, sie ist auch Mutter. — Wie ich hörte, wurde sie von Zürcher Kinderärzten hart angegriffen ihrer Methode wegen, ich aber möchte ihr — was ich schon längst hätte thun sollen — einmal öffentlich meinen herzlichsten Dank aussprechen, über die trefflichen Ratschläge, die sie in ihrem Heftchen über Kindererziehung erteilt. Mein Letztgebornes hatte durch einen Unfall bei der Geburt fast alles Blut verloren. Gott verdanken wir, daß es uns dennoch erhalten blieb und nächst ihm dem vorzüglichen Nahrungsmittel, daß es heute mit $\frac{2}{4}$

Jahren ein von Gesundheit strotzendes Kind ist, das auch, so lange ich das Neuronat-Hafermehl benutzte, gar nie an Verdauungsstörungen litt. — Ist dasselbe etwas teuer, so sind all die andern Surrogate es noch viel mehr. — Es wünscht Ihnen von Herzen guten Erfolg

Fr. Wfr. B.

13. Nehmen Sie nur immer die Phantasie zur Hand, die hilft Ihnen, Ihr Zimmerchen heimelig machen. Zu allererst würde ich einen hübschen Toiletentisch arrangieren, nach der Beschreibung in der letzten Nummer des „Hauslichen Fleiß“. Nur glaube ich, würde eine von oben herabfallende Draperie (vielleicht aus alten Vorhängen), in deren Falten ein Spiegel verborgen wäre, dem Ganzen einen hübschen Abschluß geben. Einen Arbeitstisch können Sie sich aus zwei großen Cigarrentischen machen, deren Deckel gegeneinander zu klappen, an einander befestigen und ein Gestell von 60 Cm. langen, kreuzweise verbundenen Stäben darunter festnageln. Sie können die Ristchen mit hübschem Stoff überziehen und auspußen. Ein zierliches Nadelkissen, Sonnenblume oder Pensée ist auch sehr bald gemacht. Ersteres braucht nur ein gewölbtes Mittelstück aus braunem Plüsch oder Sammet, die gelben Blätter schneiden Sie statt aus dem teuren Tuch aus gelben Seidenresten aus. — Alles läßt sich nutzbar machen in einem Backstischzimmer, also flugs aus Werk — andere geben Ihnen wohl noch weitere Ratschläge.

Eine, die alles verwertet.

14. Ob es Lehrbücher, speziell für die Hauskäferei gibt, bezweifle ich. Ich denke aber, daß Ihnen jede gewünschte Anleitung zur Bereitung von verschiedenen Käsesorten der Lieferant der Gerätschaften gibt, deren es zur Fabrikation bedarf. Eine nach allen Richtungen überaus leistungsfähige Firma ist H. von Arg & Cie., Zürich-Engel. Ich rate Ihnen, sich mit Ihrem Anliegen dorthin zu wenden.

Fragen.

15. Man hört die Champignonzucht immer rühmen, sie soll das ganze Jahr hindurch schönen Verdienst abwerfen, wenn sie rationell betrieben werde. Man sagt mir dann aber auch wieder von anderer Seite, mit dem Verdienst sei es gar nicht so weit her, oft nicht einmal der Mühe wert. Wer könnte mir aus eigener Erfahrung genauen Aufschluß geben? Ich hätte die Absicht, einen Versuch zu machen.

Landwirt in B.

16. Nach welcher leichtfaßlichen Anleitung könnte ich einfaches Hausmütterchen das Zuschneiden und Verarbeiten von Weißzeug erlernen? Für guten Rat danke sehr

Eine Lernbegierige.

17. Wer gibt mir einige Rezepte zur Zubereitung von nahrhaften Reispfeifen, speziell für Kinder berechnet? Den gewöhnlichen mit Milch gekochten Brei nehmen sie nicht mehr gerne. Besten Dank

Fr. B.

18. Könnte mir vielleicht eine werthe Leserin des Ratgebers mitteilen, wie man etwa 50 Liter zu Essig gewordenen Aepfelmösten am besten verwenden kann?

Sparame Hausfrau.



Ist die beste.

(W587)



Reese's Backpulver

f. Kuchen, Gugelhupf, Backwerk, etc.
anerkannt vorzügl. Ersatz für Hefe.
in Drogen-, Delikatess- u. Spezereihandlungen.
Fabrikniederlage bei Car' F. Schmidt, Zürich.

Bestes und billigstes Kochbuch:

Volkart's Kochbüchlein

Erster Teil
von

Volkart's Koch-, Haushaltungs- & Gesundheitsbüchlein mit 20 Speisezetteln samt Berechnungen und Rezepten, weitere Kochrezepte und Anleitung zum Zusammenstellen von einfachen Mahlzeiten behufs richtiger Ernährung.

Broschirt 90 Cts., steif brosch. Fr. 1.20 beim Verleger W. Coradi-Maag, Zürich III, sowie durch alle Buchhandlungen.