

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

Band: 11 (1904)

Heft: 13

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: 22.05.2025

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



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

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition Bäckerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Insertionspreis: Die einspaltige Petitzeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 13. XI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
26 Nummern.

Zürich, 25. Juni 1904.

Es ist auf Erden kein' besser List,
Denn wer seiner Zunge Meister ist.
Viel wissen und wenig sagen,
Nicht antworten auf alle Fragen!
Rede wenig und mach's wahr;
Was du brauchst, bezahle bar;
Laß einen jeden sein, was er ist,
So bleibst du auch wohl, wer du bist.

Martin Luther.



*** Aus einem Krankenhause. ***

(Von einem Insassen.)

(Nachdruck verboten.)

Wer hätte nicht schon an die vielen Eingeschlossenen in den Krankenhäusern und Irrenanstalten gedacht und dabei gewünscht, dem einen oder andern der Bekannten einen Besuch zu machen. Nicht aus Neugierde, sondern aus wirklichem Interesse für die Kranken, die Leidenden. Ist es den echten Menschenfreunden doch, als hörten sie die Seufzer der Verlassenen, der von der Welt Vergessenen.

Ist denn keine Seele mehr da, die nach mir fragt, von der ich Auskunft für meine bangen Herzensfragen erhalten könnte? Niemand, der mir von meinen Lieben erzählt

und Erinnerungen an schöne Tage wachruft, welche die langen Tage und Nächte mit lieblichen Bildern ausfüllen könnten? Ja! Es gibt viele, die besucht werden, die Glücklichen!

Wie strahlen ihre verbüßerten Augen verklärt, wie leuchten sie auf, wenn die Angehörigen durch ihre Anwesenheit bezeugen, daß ihre Liebe und Treue nicht aufhört. Beruhigt harrten sie nachher auf ihrem Krankenlager aus.

Aber die andern! Kein Besuch, kein Brief, kein Lebenszeichen, daß jemand ihrer gedenke.

Das muß edle, nicht ganz unempfindliche Herzen schmerzen.

Sie klagen nicht, aber Gott weiß, wie viele Menschen nach einem Zeichen von Liebe seufzen. Wohl haben sie die treueste Pflege und der Arzt, welcher ein edler Menschenfreund ist, gibt sich Mühe, seinen Pfleglingen alles zu ersetzen, was sie beim Verlassen der Welt verloren haben, und die helfenden Schwestern lindern Schmerzen, so viel sie können. Aber dennoch seufzt der Kranke, denn gerade so viel Güte und Liebe macht ihm fühlbar, wie sehr er von Familie

und Gesellschaft verlassen ist. Kommt nur her, die ihr einem Leidenden etwas Freundliches zu sagen habt und seht, wie ein vergrämtes, verkümmertes Menschenkind sich freut, jemand aus der Heimat zu sehen, längstvermißte, anheimelnde Töne zu hören und wieder einmal von seinem Kummer zu sprechen. Nicht nur er freut sich, auch alle seine Kameraden sind froh, wenn wieder einer lieben Besuch hat. Die meisten Krankenhäuser sind nun doch so eingerichtet, daß man nicht mehr Gruseln bekommt, wenn man Krankensäle betritt. Hell, lustig, geräumig sieht alles aus und die Herren Direktor und Ärzte sind stolz auf ihre Ordnung zum Besten der Kranken. Da ist keine Ecke, wo nicht ein Sonnenstrahl durchbringen könnte, und jedermann gönnt den von aller Welt abgeschlossenen Menschen die Besuche von Familie, Bekannten und Gönnern. Es ist eine irrige Meinung, daß man ohne Zucker, Naschereien, Tabak u. keine Besuche machen könne. Im Gegenteil. Warmes Interesse und Teilnahme ist, was vielen fehlt. Wer längere Zeit bei Kranken lebt, lernt die Menschen mit ihrem Wünschen und Sehnen so recht kennen und möchte alle glücklich wissen, denn das können die Kranken sein in Gedanken an ihre Lieben, Getreuen.

M. G.



Der Speisezeddel im Sommer.

„Frische Gemüse“, welch ein erlösendes Wort für die sorgende Hausfrau! — Bis vor kurzem galt es noch, sich mit Konserven zu behelfen, denen die volle Nährkraft der frischen Pflanzen fehlt, oder seufzend die teuren südlichen Landesprodukte zu kaufen, welchen der oft tagelange Transport erheblich die Frische nimmt. Reiche Auswahl bietet nun der Markt und schafft Abwechslung für das tägliche Menu.

Sind die jungen Gemüse im Anfang auch noch teurer, so schickt sich die Hausfrau wohl gern in das kleine Opfer, das ihre Wirtschaftskasse bringen muß, da sie weiß, wie zuträglich die saftigen Pflanzen der Gesundheit sind. Die Fleischspeisen dürfen im Som-

mer wohl zeitweise ganz fehlen. Spargel, Spinat, Tomaten, Kohlrabi bieten hier reichlich Ersatz.

Soll das Gemüse seinen Nährwert, der hauptsächlich in Salzen besteht, behalten, so bedarf es auch einer rationellen Behandlung. Vielorts herrscht die irrige Ansicht, daß die Gemüse vor dem Kochen sehr viel gewaschen, ja oft längere Zeit gewässert werden müssen. Durch ein derartiges Verfahren lösen sich die Salze und die Pflanzen werden ihres Nährstoffes beraubt. Ein schnelles, gutes Waschen, kurz bevor man das Gemüse auf Feuer bringt, ist anzuraten. Auch erweist es sich in der Regel als vorteilhaft, das Gemüse sofort in viel kochendes Wasser oder in wenig siedende Bouillon oder Fett zu bringen und es dann in gut geschlossenem Topf langsam weich zu dämpfen, anstatt es kalt anzusetzen.

Die vom Kochen zurückbleibende Brühe enthält viel Nährstoff und darf nicht, wie es leider so oft geschieht, fortgegossen werden. Es lassen sich wohlschmeckende Suppen und Saucen aus der Brühe bereiten. Das gleiche gilt von den Gemüseabfällen; — so kann man z. B. die abgeschälten Spargelspäne auskochen und mit dem gewonnenen Spargelwasser eine würzige Kartoffelsuppe bereiten. Gibt man von 250 Gramm Schabe-fleisch Fleischklößchen hinein und läßt dann als Nachgericht Eierkuchen mit geschmorten Stachelbeeren folgen, so hat man ein billiges Mittagessen „komponiert“, welches das teure Spargelgericht vom Tage vorher wieder wettmacht.

Die saftigen Tomaten werden leider in der Küche verhältnismäßig wenig verwendet und doch sind gerade sie in gesundheitlicher Beziehung sehr zu empfehlen. „Gedämpfte Tomaten“ geben eine sehr wohlschmeckende Mahlzeit. Man bereitet sie folgendermaßen: Zu einem Gericht für 6 Personen, das in einer Stunde fertiggestellt werden kann, nimmt man 1—1¼ Kilo Tomaten. Dieselben werden sauber abgewischt, von den Stielen befreit und nebeneinander in eine Kasserolle gelegt. Darauf gießt man so viel Fleischbrühe oder Wasser mit einem Stückchen Butter, daß die Früchte zur Hälfte bedeckt sind, läßt sie langsam weich kochen und wendet

sie inzwischen mit dem Schaumlöffel vorsichtig um. Nachdem sie weich genug und herausgenommen sind, wird die Brühe mit einem Löffel in Butter gelb gedünstem Mehl verdickt, mit Salz und Pfeffer geschärft, einmal aufgekocht und mit $\frac{1}{2}$ Teelöffel Maggi Würze gewürzt. Die Sauce wird über den Tomaten angerichtet.

Auch der Kopfsalat wird im großen und ganzen recht stiefmütterlich behandelt und zu wenig gewürdigt. Er dürfte eigentlich im Sommer bei keinem Mittagsmahle fehlen. Bei seiner Zubereitung muß ängstlich darauf geachtet werden, daß beim Waschen die Blätter nicht gedrückt werden, sonst entweicht der Saft. Am besten spült man den Salat auf dem Sieb, schwenkt dasselbe tüchtig hin und her und läßt die Blätter abtropfen. Das Entfernen der Blattrippen ist möglichst zu vermeiden, da gerade in ihnen der meiste Saft enthalten ist. Erst kurz vor dem Anrichten legt man den Salat in die aus Essig und Öl oder Sahne zubereitete Sauce. Der Salat wird durch zu langes Stehen fade im Geschmack und unansehnlich.

Die Pilze, die uns die Jahreszeit bietet, werden infolge der in letzter Zeit so häufig vorgekommenen Vergiftungen mit einigem Mißtrauen betrachtet. Gerade die Morchel, die bisher allgemein als harmloser als ihre Geschwister, der Champignon, der Pfefferling und andere Pilzarten galt, hat sich als nicht ungefährlich erwiesen.

Ein altes Mittel, die Pilze auf Unschädlichkeit hin zu prüfen, ist das Eintauchen eines silbernen Löffels während des Kochens der Schwämme. Läuft der Löffel schwarz an, so sind giftige Pilze vorhanden. — Das beste Mittel zur Verhütung von Vergiftungen besteht wohl aber darin, daß die Hausfrau sich möglichst genaue Kenntnisse der verschiedenen Pilze verschafft und das Reinigen und Kochen nicht dem Mädchen unbeaufsichtigt überläßt.

Für die Morchel, die nicht nur in frischem Zustande, sondern auch sorgsam getrocknet für den Mittagstisch im Winter vielfach Verwendung findet, ist jetzt die Zeit gekommen, an Schnürchen im Sonnenschein aufgehängt und gedörft zu werden.

Zur Sommerzeit ist für alle, die angestrengt oder in der Hitze arbeiten, die schwere Fleischkost, die wieder den Alkoholenuß fördert, nach Möglichkeit einzuschränken. Gemüse und Obst sind und bleiben hier das beste Ersatzmittel.



Etwas über den Honig.

(Nachdruck verboten.)

Wie gering ist der Genuß des Honigs als Nährmittel. Unkundige und Oberflächliche betiteln ihn nur als „Schlechtezeug“; dem ist aber durchaus nicht so. Tagtäglich braucht jeder Mensch eine beträchtliche Menge Zucker, die er im Gemüse, wie Kartoffeln, Rabis, Kohl etc. in Form von Stärkemehl zuführt, welches jedoch zuerst vom menschlichen Magen in Zucker verwandelt werden muß. Mit dem Honiggenuß ersparen wir aber unserm „unbedingten Diener“ zum größten Teil jene Arbeit. — Während Medizin und Wissenschaft seiner Zeit als fleischbildende und muskeltärkende Nahrungsmittel besonders die eiweißhaltigen, wie Käse, Fleisch und Eier hochpriesen, gelangen seit einigen Jahren die Kohlehydrate zu Ehren. Leute, die sich unwohl fühlen, fragen sich oft: „Was tut mir gut?“ Die Antwort lautet gewöhnlich: Eier, Milch, Beefsteak, Braten etc. Dies sind aber Speisen, die an einen verdorbenen Magen ziemlich mehr Anforderungen stellen als der schon verdaute Honig. Allerdings verursacht der Genuß des Bienenhonigs hier und da Blähungen und dies deswegen, weil die Ameisensäure tödend auf die schon vorhandenen Krankheitsbazillen wirkt und die fast empfindungslosen Magenerven zu neuer Tätigkeit reizt. „Milch und Honig“ ist nicht nur ein schönes Wort, sondern auch ein sehr kräftiges Nahrungsmittel. Sogar die Abstinenten sind jetzt dem Genuß des Bienenhonigs sehr zugetan, aber auch Fußgänger und Radfahrer wissen die muskeltärkende Kraft des Honigs wohl zu schätzen. Honig mit entsprechendem Roggenmehl zu einem Brei gerührt und auf eiternde Wunden gelegt, bringt dieselben sofort zur Reife und reinigt sie zugleich. Gegen Stuhlbeschwerden nehme man sowohl morgens wie abends in

kurzen Zwischenräumen einen Eßlöffel erwärmten Honig ein. Honig, ächter, reiner, ist ein unschätzbare Heilmittel und sollte in keinem Haushalte fehlen. Daß der Honig Muskelkraft und Nerventätigkeit günstig beeinflusst, zeigen uns die Bienen selbst. Wie groß ist zum Beispiel die Arbeitsleistung einer Königin, die, wie man sagt, pro Tag 3000 und mehr Eier zu legen im Stande ist.

Darum sollte die Bienenzucht noch mehr betrieben werden, sie gibt wohl Arbeit und Mühe, aber man wird auch durch den Ertrag derselben belohnt. Um den Fleiß der Bienen anzuspornen und um das Ausziehen schon eingesezierter Schwärme zu verhüten, nimmt man ein paar Waben mit junger Brut und stellt sie dem Schwarme ein. Es ist Tatsache, daß die Biene um so fleißiger arbeitet, je zahlreicher das heranwachsende Geschlecht ist, für das sie zu sorgen hat.



Haushalt.



Am geräucherten Speck und Schweinefleisch viele Monate hindurch gut und schmackhaft zu erhalten, ist es vor allem nötig, daß es ziemlich stark und namentlich gleichmäßig durchsalzen sei und ebenso gleichmäßig und genügend durchräuchert. Deiert gut eingepökelte und geräucherte Fleisch- und Speckstücke wickelt man nun in Pergamentpapier gut ein und hängt sie in einer trockenen Laube oder einem Dachzimmer derart auf, daß die Luft in der Dachkammer sie von allen Seiten umspielen kann und aber doch weder Raken noch Hunde dazu gelangen können. Im Sommer wird vor das Fenster ein siebartiger Stoff gespannt, um die Fliegen fernzuhalten. —r.

Ein vorzügliches neues Eierkonservierungsmittel ist folgendes: je 1 Kilo Salz wird in 5 Liter Wasser aufgelöst, die Lösung 20 Min. lang gekocht und hierauf eine Handvoll gebrannter Kalk hinzugefügt. Die zu konservierenden, möglichst frischen Eier werden dann in diese Flüssigkeit eingelegt und halten sich in derselben viele Monate lang vorzüglich. Die betreffenden Eier dürfen aber nicht befruchtet und höchstens 6—8 Tage alt sein. —r.

Strassenschmutz und -Staub wird von Kleidern meistens nur im trockenen Zustand durch Bürsten entfernt. Wenn auch die Sachen nach solcher Behandlung sauber erscheinen, so wird doch das Auge ein Trübwerden der Farbe wahrnehmen, namentlich am Saum von Damenkleidern. In solchen Fällen läßt sich der Stoff durch Abreiben mit verdünnter Essigsäure wieder auffrischen; die Farben werden dann viel lebhafter. Nur wenige

Farben werden von der Essigsäure unangenehm beeinflusst, meist solche, die gemeinhin nicht als echt bezeichnet werden. Für einen Versuch läßt sich vorher aber immer irgend eine unsichtbare Stelle finden.



* * Küche. * *



Kochrezepte.

(Alle Gerichte, zu deren Herstellung eine Zugabe von Wein notwendig ist, können auch mit alkoholfreiem Wein oder Zitronensaft gesäuert werden.)

Sauerampfersuppe. 3 Handvoll Sauerampfer werden von den Stielen befreit, sauber abgewaschen und in ein Sieb zum Abtropfen getan. Dann dünstet man sie in ein Löffel Butter im eigenen Saft weich, vermischt sie mit 1 Löffel Mehl, streicht dies durch ein Sieb und füllt 1 Liter aus Knochen bereitete Fleischbrühe hinzu. Unter Hinzufügung von etwas Muskatnuß und zuletzt von etwas Fleischextrakt wird die Suppe aufgekocht und über gerösteten Semmelwürfeln angerichtet.

Braisiierter Hammelstutzen. Man richte den Stutzen zu, setze ihn mit so viel Wasser auf's Feuer, daß dasselbe gut zur Hälfte darüber steht, füge Salz und Saucengarnitur bei und lasse es während fast zwei Stunden einkochen. Alsdann schütte man die übrige Brühe davon ab, lasse den Stutzen mit dem abgeschöpften Fett und den Speckscheiben gelb braten, schütte die passierte Brühe nebst einem Glas Wein wieder daran und lasse ihn vollends weich kochen. Alsdann richte man ihn an, entfette die zurückgelassene Brühe, verrühre 4 Löffel sauren Rahm und 20 Gr. Mehl in derselben und koche sie auf, serviere sie zu dem Stutzen, welcher mit einer Manchette versehen und mit etwas Sauce übergossen aufgetragen wird. Diese Zubereitung erfordert vier Stunden.

Basler Kochschule.

Kalbszunge. Die Kalbszunge wird in Wasser und Salz langsam in 1 Stunde weich gekocht, in kaltem Wasser abgeschreckt, die Haut abgezogen und gepuht. Sie wird nun in einem kleinen Topf mit $\frac{1}{4}$ Liter ihrer Bouillon, welche mit Fleischextrakt und Zitronensaft schmackhaft gemacht wurde, behandelt. Man gießt zuerst nur 5 Löffel davon auf, dreht die Zunge öfter, während die Flüssigkeit einkocht, und gießt innerhalb $\frac{1}{2}$ Stunde die übrige Flüssigkeit langsam dazu. Die letzten 3 Eßlöffel verrührt man mit 1 Gr. Kartoffelmehl, verdicke die Sauce damit und überzieht die Zunge mit der Sauce, bis sie blank ist. Die Zunge muß butterweich sein, so lange muß sie langsam und möglichst im irdenen Topf schmoren und wird dann mit der Sauce angerichtet. Zubereitungszeit $2\frac{1}{2}$ Stunde. Die Sauce kann man auch mit 1 Eßlöffel Madeira schmackhafter machen.

Gefülltes Schweinsohr. Ein abgebrühtes, gefalzenes Schweinsohr wird zur Hälfte sadartig

zusammengenäht und mit einer feinen Fleisch- oder Brotfülle gefüllt, dann zugenäht, in Fleischbrühe oder auch in einem Sud während $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden weichgekocht und mit einer braunen Sauce, die man beim Anrichten mit etwas „Maggis Suppenwürze“ kräftigt, serviert. Es kann auch in Erbsen- oder Linsenpuree weichgekocht werden.

Italienische Ravioli. Nachdem man einen Nudelteig aus feinem Mehl, frischen Eiern und Salz bereitet, sehr dünn ausgerollt und in lange, handbreite Streifen geschnitten hat, macht man eine Farce aus Geflügel, Kalbfleisch, Fisch oder Wild, legt kleine Häufchen davon in gleichen Zwischenräumen auf die untere Hälfte der Teigstreifen, schlägt die obere Hälfte der Streifen darüber, drückt die mit Wasser oder Ei bestrichenen Ränder fest zusammen, ebenso die zwischen den Farcehäufchen befindlichen leeren Zwischenräume, schneidet die einzelnen Ravioli in 2 Centimeter große Vierecke mit dem Kuchenrädchen von einander, legt sie nebeneinander auf eine Schüssel, kocht sie hierauf 5 Minuten lang in siedender Fleischbrühe und reicht sie, mit geriebenem Käse bestreut, zur klaren Bouillonsuppe, oder begießt sie mit klarer Butter.

Nudelteig. 500 Gramm Mehl, 6–7 Eier. Das Mehl wird auf das Werkbrett gelegt, in der Mitte eine Grube gemacht und die Eier hineingeschlagen. Nun werden dieselben mit einer Gabel verklopft, erst wenig dann immer mehr Mehl dazu genommen und nach und nach alles zu einem ziemlich festen Teig gewirkt. Ist er ganz glatt, was nach etwa 20 Minuten langem Bearbeiten mit den Händen der Fall sein wird, so muß der Teig $\frac{1}{4}$ Stunde in einer zugedeckten Schüssel ruhen, worauf er in 8 Stücke geschnitten wird, welche, um das Austrocknen zu verhüten, wieder in die gedeckte Schüssel gelegt werden. Die zurückgelegten Stücke werden nun unter öfterem Umdrehen, papierdünn ausgewallt, zum Antrocknen einige Minuten auf ein reines Tuch ausgebreitet, zusammengerollt, $\frac{1}{2}$ –1 Cm. breit geschnitten und zum Trocknen wieder auf ein reines Tuch gelegt. Sollen die Nudeln aufbewahrt werden, so müssen sie sehr gut ausgetrocknet sein. Werden die Nudeln sogleich gebraucht, so kann dem Teig gleich anfangs 1 Kaffeelöffel Salz beigemischt werden, zum Aufbewahren ist es jedoch wegen dem Feuchtwerden nicht ratsam. — Zu einer billigeren Sorte Nudeln können nur 4 Eier und 1 schwaches Glas Wasser genommen werden. Basler Kochschule.

Gefüllte Zwiebeln. Man wählt hierzu ziemlich große Zwiebeln, doch solche, die sich nicht teilen, schält die gelbe Schale ab und kocht sie 10 Minuten in schwach gesalzenem Wasser, wodurch sie den strengen Zwiebelgeschmack verlieren. Jetzt schneidet man jeder Zwiebel den Boden vorsichtig ab und löst die innere Zwiebel aus der äußeren Schale, so daß diese nicht zerreißt, auch die zweite, und wenn möglich auch die dritte Haut löst man aus und fährt so mit den einzelnen Zwiebeln fort, bis man genügend leere Zwiebelschalen hat. Man

rechnet 2–3 auf die Person. Das jetzt vorhandene Innere der Zwiebeln wird fein gehackt und mit gutem Del oder Butter leicht goldgelb auf dem Feuer geröstet. Indessen hat man je nach der Menge der zu füllenden Zwiebeln 250–500 Gr. gehacktes Fleisch, halb Rind-, halb Schweine- oder Kalbfleisch, mit 2–4 Eiern gemischt, Salz, Pfeffer und die gehackten Zwiebeln darunter gerührt, alles gut durcheinander gemacht und mit dieser Farce die hohlen Zwiebelschalen gefüllt. Die abgeschnittenen Zwiebelböden darauf gedeckt und in Ermangelung dieser, da man ja 2–3 Schalen aus einer Frucht entfernte, die übrigen mit zurückgelassenen Zwiebelhäuten bedeckt und gut zugebunden. In eine Kasserolle oder längliche Pfanne gibt man Butter und wenn diese sich färbt, stellt man die Zwiebeln nebeneinander, bräunt sie von allen Seiten, läßt sie dann unter öfterem Hinzugießen von etwas Wasser 2 Stunden schmoren. Die Sauce wird mit etwas Mehl angestäubt und über den Zwiebeln angerichtet.

Grüne Erbsen à la mode. 1 Liter für 6 Personen. Kochzeit 1 Stunde. Die ausgeschoteten Erbsen werden in gesalzenem Wasser weichgekocht, oder in 80 Gr. süßer Butter weichgedämpft (in Wasser gekocht behalten sie die Farbe besser, während sie gedämpft ihren süßlichen Geschmack beibehalten und feiner sind). Im letztern Fall streue man, wenn der Saft beinahe eingedämpft ist, 8 Gr. Mehl und gehackte Petersilie darüber, wanne sie gut untereinander und lasse sie noch 5 bis 10 Minuten auf schwachem Feuer dämpfen. (Die in Wasser gekochten Erbsen dämpfe man noch 5–10 Minuten in der süßen Butter, bevor Petersilie und Mehl dazu kommen.) Man richte die Erbsen in der Mitte erhöht auf die Gemüsepflatte an, lege an den Rand derselben beliebiges gebratenes oder gebackenes Fleisch oder Geflügel über das Gemüse und gieße etwas Bratenjus darüber.

Custard. Diese in England beliebte Crème, die zu allen Obstsorten vorzüglich schmeckt, wird auf folgende Weise bereitet: $\frac{1}{2}$ Liter Milch wird mit Zitronenschale oder Vanille 20 Minuten über dem Feuer erwärmt und kurz vor dem Kochen zurückgezogen, um auszukühlen. Alsdann fügt man 5 ganze Eier, die man gut schlägt, 75 Gr. Zucker, 1 Theelöffel Mondamin, sowie eine Prise Salz dazu, und nachdem das Gefäß mit der Crème in einem Topf mit kaltem Wasser (Bain marie) wieder auf's Feuer gesetzt wurde, rührt man den Inhalt nach einer Seite bis er dick geworden. Schüttet ihn in eine Glasschale und serviert ihn zu geschmortem Obst oder in Gläsern, mit buntem Gelee garniert, als Erfrischung im Sommer.

Kirschauflauf. Zeit $1\frac{1}{2}$ Stunden. 6 kleine Brötchen (ohne Rinde), $\frac{1}{2}$ Liter Milch, 100 Gr. Butter, 6 Eier, 150 Gr. Zucker, $\frac{1}{2}$ abgeriebene Zitronenschale, einige geriebene bittere Mandeln, 1 Liter schwarze Kirschen. — Die Brötchen werden mit $\frac{1}{2}$ Liter kochender Milch übergossen; sind sie ganz weich, so rührt man die Masse zu einem

glatten Brei oder rühre diesen, falls er Knollen hat durch ein Sieb. Die Butter wird schaumig gerührt, mit den Eidottern, Zucker und Zitronenschale, den Mandeln und dem Brotbrei vermischt, und zuletzt die ausgesteinten Kirschen und der Eierschnee darunter gemengt. In eine gut ausgebutterte Form gegeben und in mäßiger Hitze 1 Stunde gebacken.

Aus „Gritli in der Küche“.

Stachelbeerkompott. Man puht und wäscht 500 Gr. unreife Stachelbeeren, kocht sie in siedendem Wasser einmal auf, legt sie dann 2 Minuten in kaltes Wasser, mit 1 Eßlöffel Essig vermischt, damit die Beeren eine schöne grüne Farbe behalten, und läßt sie auf einem Sieb abtropfen. Inzwischen läutert man 300 Gr. Zucker mit $\frac{1}{2}$ Liter Wasser zu Sirup, kocht die Beeren ganz langsam 10 Minuten darin, nimmt sie mit einem Schaumlöffel heraus, dickt den Sirup noch etwas ein, gießt ihn über die Früchte und läßt das Kompott erkalten.

Biscuittorte. Zubereitungszeit: 2 Stunden. 9 Eigelb, 500 Gr. Zucker, 125 Gr. Kartoffelmehl, 5 Gr. Butter, 2 Eßlöffel Zitronenzucker, 1 Theelöffel Zitronensaft, 6 Eiweiß. — Die Eigelb werden sorgfältig vom Eiweiß getrennt; in einem Reibenapf rührt man erstere abwechselnd mit Zucker, Zitronenzucker, Kartoffelmehl und Zitronensaft eine Stunde und achtet genau darauf, daß der Teig gleichmäßig nach einer Richtung gerührt wird. Man pinselt eine Form mit Butter aus. Dann schlägt man steifen Eierschnee von dem Eiweiß, zieht ihn unter die Masse und bringt sie in der Form sofort in den Ofen, welcher 120° heiß, die Torte in $\frac{1}{2}$ Stunde, auf einem Rost stehend, gar macht.



Kinderpflege und -Erziehung.



Uebereinstimmend mit dem dringenden Rat vieler Kinderärzte verwende ich zur **Milchverdünnung** bei Kindern, die künstlich ernährt werden müssen, nicht Wasser, sondern **Hasers Schleim** (bei Neigung zu Durchfall vorübergehend den weniger nahrhaften aber eher stopfenden Gerstenschleim). Seit einer Reihe von Jahren verwende ich ausschließlich ein Mischungspräparat, nämlich **Aleuronat-Hasermehl**, welches in der Schweiz unter dem Namen „Freys Kraft-Hasermehl“ im Handel ist. Dieses Präparat hat vor allen andern den Vorzug eines sehr hohen Eiweißgehaltes (35 %), welcher erreicht wird durch 1 Teil feinstem Aleuronatmehl in 3 Teilen eines ganz feinen Hasermehls. Aleuronat ist ein Pflanzen-Eiweißpräparat, erfunden und hergestellt von Dr. Hundhausen in Hamm in Westfalen. Vielfache physiologische Versuche haben erwiesen, daß dies Pflanzen-eiweiß den gleichen Wert hat wie das tierische Eiweiß, indem es vom menschlichen Verdauungsapparat vollständig verarbeitet und zur Ernährung des Körpers aufgenommen wird. Dies gilt

nach meinen Erfahrungen auch für den subtilsten kindlichen Magen und Darm.

Für die ganz geringe Menge Stärke, welche dem Neugeborenen in dem aus jenem Präparat hergestellten Schleim zugeführt wird, ist die Verdauungsleistung seines Mundspeichels gerade genügend, wie die ganz verdauten Stuhlentleerungen mir immer bewiesen haben. Der Schleim wird 20 Minuten lang gekocht, für je 24 Stunden auf einmal, dann durch ein reines Tuch gegossen, die Mischung mit Milch aber nur jedesmal vor der Mahlzeit hergestellt. Anfänglich genügt per Tag 1 Theelöffel Mehl auf 2 Deziliter Wasser; später soll die Menge des Schleims vermindert, sein Gehalt aber erhöht werden, indem man ihn dicker kocht, und zwar so, daß er im 2. Monat beim Erkalten steif wird. Ich lasse hier ein Schema der allmählig zur Vollmilch übergehenden Mischung folgen:

Verhältnis von Schleim zu Milch:

1. Woche	1 : 1	6. Woche	1 : 3
2. "	5 : 6	7. "	1 : 4 $\frac{1}{2}$
3. "	4 : 5	8. "	1 : 6
4. "	2 : 3	9. "	1 : 8
5. "	1 : 2	10. "	Vollmilch.

Die Verstärkung der Mischung soll aber nicht nur einmal wöchentlich, sondern je den 3. bis 4. Tag um ein Kleines vorgenommen werden. Um die Mischung rasch verbessern zu können, muß man sie möglichst sorgfältig berechnen. Da muß anfänglich mit halben Eßlöffeln oder Teelöffeln der Flasche gerechnet werden, so daß dem Kinde die Veränderung im Nährgehalt kaum bemerkbar wird. Kinder, die anfänglich an Wasser statt Schleim und an stärkere Verdünnung gewöhnt waren, können in den spätern Wochen nicht ohne Schaden in das gegebene Schema zurückgeführt werden. Die Steigerung muß da viel langsamer vor sich gehen.

Aus der empfehlenswerten Schrift: „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“ von Dr. Heim-Bögtlin. (Preis 20 Gts.)



Gartenbau.



Gehören die Massliebchen auch in den Blumengarten? Gefüllte Bellis, die als ausdauernde, äußerst dankbare Pflanzen bei richtiger Behandlung dem Gartenfreunde viel Freude bereiten, werden nicht selten als „Gänseblümchen, die nicht in den Garten gehören“, betrachtet; sie gleichen in gewisser Beziehung verschupften Kindern, aus denen mit rechtzeitig angewandter Pflege und Sorfalt auch etwas rechtes zu machen gewesen wäre. Gleich wie das „Bellis perennis“ den ersten Blumengruß von unsern Lieben im zeitigen Frühling bringt, so ist die veredelte Blume die erste und die letzte des Jahres in den Gärten, wo sie, wenn der Schnee schmolz, an sonnigen Januartagen uns schon entgegenlacht, — doch wehe mir, wenn ich sie pflücke, im geheizten Zimmer ist ihres Bleibens nicht.

Gewöhnlich wählt man Bellis zu Einfassungen. Da jedoch die Pflanze sehr schnell wächst und von Zeit zu Zeit Bodenverbesserung benötigt, ist es am besten, sie zweimal im Jahre zu versehen. Dabei wählt man sich immer nur die schönsten Sorten aus, die man beliebig in zwei und mehr Pflänzchen zerteilen kann, alle weniger schönen Sorten werden ausgeschieden. (Will man diese letzteren doch nicht wegwerfen, so setzt man sie fern von den andern an einen schattigen Ort, wo sie fortwährend feucht und fett gehalten werden; jede aufgeblühte Blume wird abgebrochen und zwar so lange, bis sich an Stelle der gelben Staubfäden wieder die Blumenblätter im Innern der Blümchen zeigen; bei guter Pflege und Behandlung der Pflanzen ist dies Verfahren überflüssig. Die Mannigfaltigkeit der Nuancen ist oft so überraschend, wie dies bei wenig perennierenden Pflanzen der Fall ist. Vom reinsten Weiß bis einfarbigen Rot können wir in Farbe und Form eine Menge verschiedener Blumen entdecken.

Die ganz dunkeln, sammtartigen Blümchen bilden in der Regel nur kleinere Pflänzchen, während alle andern, weniger seltenen Sorten meist groß und breit werden; hierin liegt nicht selten auch das Geheimnis zur Erzielung schöner Resultate, sei's nun bei Bellis, Pensées, Sommerflor oder auch Blumensohl, daß man die unscheinbaren Pflänzchen, die zurückgebliebenen, langsamer wachsenden in Ehren hält. Wie beim Obst gewöhnlich nicht die allerersten Früchte des Baumes, die größten Exemplare die besten und feinsten sind, so dürfen wir bei den „Sehlingen“ mit ziemlicher Sicherheit annehmen, daß erst, wenn die aufgeschossenen Erstlinge den andern etwas Platz machen, die wertvollsten Sorten nachkommen, die den bessern Samen entschlüpfen und daher wohl zarter und empfindlicher sind. Drum gilt's auf die kleinen Pflänzchen zu achten und niemals diese geringschätzig in erster Linie wegzuerwerfen. Wenn man selber die Aussaat besorgt, so hat man überdies fast immer so viele Sehlinge im Vorrat, daß man die kleinen Nesthäkchen wieder dahin pflanzen kann, wo man bei der ersten Blüte entdeckt hat, daß es eine unerwünschte Farbe oder Species war, die man schnellstens entfernt, denn meistens blühen die ganz gewöhnlichen Sorten zuerst.

Beim Umpflanzen der Bellis im Herbst ist es ganz passend, ein Reservebeet derart damit zu füllen, daß es im Frühjahr fast einen Teppich bildet, der über und über mit seinen rosa, weißen und roten Blumen besät sein wird. Im Mai macht es natürlich wieder dem Sommerflor Platz und muß eventuell ein Gartenbeet an schattigem Ort als Reserve dienen. Ich möchte nicht entscheiden, ob ein Silenenbeet, das wir jedes Jahr neu anschaffen müssen, so hübsch aussehen kann wie selbstkultivierte gefüllte Maßliebchen. Will man Bellis vor dem Ausarten schützen und ihre hübschen Farben rein erhalten, so sollte man sich die Mühe nicht verbrießen lassen, die aufgeblühten Blümchen alle wegzuschneiden, ehe der Wind sie

verweht. Wo dies nicht geschieht, muß man jedenfalls Unkraut und alle Sorten, die kommun werden wollen, schnell entfernen. Trockenheit und allzumagere Erde beschleunigt das Ausarten.

R.



* Frage-Ecke. *



Antworten.

41. Die krankhafte Erscheinung an der fraglichen **Schlingrose** ist nach Ihrer Beschreibung der Mehltau, auch Schimmelpilz genannt. Sehr oft wird davon die Königin der Schlingrosen „Crimson Rambler“ heimgesucht. Wenn es Ihnen daran gelegen ist, die Rose diesen Sommer vor dem Pilz zu bewahren, so bestäuben Sie deren Blätter und Triebe öfters mit feinem Schwefelstaub. Die Bekämpfung muß aber vorgenommen werden, bevor die Krankheit Spuren zeigt, damit das Auftreten dieses Pilzes verhindert wird. Jeder Insektenspulverzerstäuber ist dazu brauchbar.

G. L.

44. Wenn sich bei Ihnen der „Apfelsaft und Biremost“ noch nicht eingebürgert haben, dann desto besser (wegen dem Beispiel für die heranwachsende Jugend), dann würde ich an Ihrer Stelle aber auch nicht mit dem „alkoholfreien“ beginnen. Das durstlöschendste Getränk ist eben doch der Kaffee, sei es nun Milchkaffee, den man den Leuten frisch auf die Wiese bringt oder kalter Kaffee, kalter Thee, kalte Milch, roh oder gekocht, die man bis zum Gebrauch in den Keller stellt. Je mehr man aber erhitzt ist, desto weniger darf man eiskaltes Getränk, auch nicht Milch zu sich nehmen. Die Japaner haben längst die heißen als die durststillendsten Getränke erprobt! Wein und Bier taugen gar nicht bei der Arbeit draußen, auch selbstbereitete Limonaden u. dgl. sind nicht immer anzuraten.

45. Man muß für **Glasuren** vor allem vom besten Staubzucker nehmen, der ganz trocken fein und gesiebt werden muß. Man unterscheidet drei Hauptarten der Glasuren: Die Wasserglasuren (100 Gr. Zucker, 1–2 Eßlöffel Wasser); Eiweißglasuren (125 Gr. Zucker auf ein Eiweiß) und gekochte Glasuren. Die Wasserglasuren werden auf dem Feuer langsam erwärmt unter beständigem Rühren. Man kann mit Kirchwasser, Zitronensaft, Rum, Sirup u. würzen, dann jedoch die Menge des Wassers um diesen Zusatz vermindern. Das Gebäck muß erkaltet sein, wird aber nochmals zum Antrocknen der Glasur in einen halbwarmen Ofen geschoben. Bei Eiweiß-Garnituren rührt man Eiweiß und Zucker $\frac{1}{2}$ Stunde lang tüchtig und würzt nach Belieben. Zu den gekochten Glasuren kocht man Zucker und Wasser unter Zusatz von Schokolade, oder ohne diese, bis es faden zieht. Hat man nur Wasser und Zucker gekocht, so fügt man Kirsch, Likör, starken Kaffee oder Rum dazu. Masse: 125 Gr. Staubzucker, 4 Eßlöffel Wasser, 65 Gr. Schokolade oder anstatt dieser 1 Eßlöffel Rum,

Kirsch 2c. Man färbt diese Glasuren auch grün mit Spinatsaft, braun ohne Schokolade und Kaffee mit Zuckerkaramel, gelb mit Safran, rosa mit dem vermittelst Zitronensaft aus Rosenblättern gezogenen Saft. Lesen Sie auch in „Gritli in der Küche“ über Glasuren. C.

46. **Alte Tintenflecken** sind immer schwer zu entfernen. Ich garantiere nicht für den Erfolg. Bei neuen Tintenflecken hat mir das Reiben mit Zitronensaft oder mit reinem Weingeist geholfen. Es ist schwer, ohne Schädigung der Farbe des Stoffes alte Flecken wegzubringen.

Hausfrau.

47. **Lackierte Sachen** werden vom Waschen in der Regel nicht schöner und man tut gut, sie entweder nur trocken zu bürsten oder dann mit spirituossem Holzlaß, den man in jeder Droguerie bekommt, aufzufrischen.

48. Ob es billiger ist, fertige **Konfitüre** zu beziehen, oder sie selbst einzumachen, fragen Sie. Da sollte man vor allem wissen, ob Sie die Früchte kaufen und wie teuer Sie sie kaufen. Da liegt der große Unterschied. Auch kommt in Betracht, ob Ihre Zeit gewertet werden muß, d. h. ob Sie in den Stunden, die Sie für das Einmachen verwenden, sonst etwas verdienen würden. Früchte in kleinen Quantitäten sorgfältig eingekocht, schmecken in der Regel feiner als gekaufte Konfitüren. Nun tun Sie, was Sie für gut finden. Eine, die selbst einmacht.

Fragen.

49. Einen praktischen **Gasherd** möchte ich anschaffen und da ich nur ein einziges System kenne das mich nicht vollkommen befriedigt, so sind vielleicht die werten Mitabonnentinnen so freundlich, mir etwas zu empfehlen, das in jeder Hinsicht den Anforderungen für einen einfachen Haushalt entspricht. Sind Mittelpfannen vorteilhaft? Für gütige Auskunft dankt zum voraus

Eine Braut.

50. Könnte mir eine werte Abonnentin sagen, wo ich fehle, daß die **Limonade** lang wird und so dick wie Del. Ich nahm 6 Liter Wasser, eine Zitrone, 1 Kg. Zucker, 1 Glas Weinessig und ein bißchen Holber, kochte sie 5 Minuten, lasse es erkalten und fülle sie in Bierflaschen und stelle es noch zwei Tage an die Sonne. Besten Dank zum voraus. H. W.

51. Könnte mir jemand aus dem w. Leserkreis mitteilen, wo man bill'g **Konservengläser mit Stahlfederverschluss** direkt von der Fabrik beziehen kann? Junge Hausfrau.

52. Wir besitzen einen **Gaskochherd** (Firma Gfänger, Basel) dreilöcherig, mit Wasserschiff und unten mit Bratofen und Wärmeofen. Wenn ich nun im Bratofen kochte, schwillt der ganze Herd von innen heraus, so daß bei allen vier Füßen große Wasserlachen am Boden entstehen. Ein Dampfabzugsrohr haben wir und das ist immer geöffnet, wenn im Bratofen geheizt wird. Kann mir eine werte Abonnentin aus eigener Erfahrung raten, wie dem Uebel abzuhelpen ist? Den Herd benutzen wir schon 13 Monate, das Aus-

trocknen kann also nicht schuld daran sein. Für gütige Auskunft dankt bestens.

Ordnungsliebende.

53. Wir sind im Begriffe, neue **Bettstellen** anzuschaffen. Nun rät man mir, eiserne Bettstellen mit Drahtmatraken zu kaufen. Andere sagen, eiserne Bettstellen machen sich nicht gut im Schlafzimmer eines Privathauses, die hölzernen sehen feiner und gebiegener aus; eiserne schaffe man in Privathäusern mehr aus Sparsamkeit an. Dagegen rät man mir in jedem Falle Drahtmatraken an. Was empfehlen mir erfahrene Hausfrauen? Wo kann ich diese Matraken beziehen und welches System soll ich verlangen? Rege Beteiligung an der Beantwortung dieser Frage wünscht

Vorsichtige.

54. Bitte um gütige Belehrung hinsichtlich der Wahl für **Konservengläser** für eine Haushaltung von 3 Personen.

55. Weiß eine geehrte Mitleserin unseres w. Frauenheim, ob es ein **Kochbuch** nur speziell für Gasküche gibt. Zum voraus für alles besten Dank.

Eine, die recht gut kochen muß, aber sehr auf den Geldbeutel Rücksicht nehmen soll in jeder Beziehung. A. B.

56. Könnte mir jemand von den w. Abonnentinnen sagen, wie man junge **Bohnen** und **Erbsen** in Gläser mit hermetischem Verschluss einmacht? Ich füllte letztes Jahr einige Gläser mit Bohnen, aber sie waren alle ungenießbar. Ich habe die Bohnen wenig gebrüht, abgekühlt in Gläser gefüllt und mit schwachem, abgekühltem Salzwasser übergossen, hernach 45 Minuten im Wasserbad gekocht. Wo habe ich gefehlt und weiß mir jemand ein sicheres Verfahren? Im voraus besten Dank. Eine Unerfahrene.

Zur Einmachzeit.

Bei
Gritli
in der
Küche

lernt man das Einmachen und Konservieren von Früchten jeder Art.

Dieses vorzügliche **Kochlehrbuch** ist beim Verleger **W. Coradi-Maag** in Zürich sowie in jeder Buchhandlung zu beziehen.

Preis steif brosch. fr. 2. 80,
elegant gebunden fr. 3. 80.