

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

Band: 11 (1904)

Heft: 17

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: 23.05.2025

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



Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich III.

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

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

Nr. 17. XI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
26 Nummern.

Zürich, 20. August 1904.

Nicht verkennen, nicht mißdeuten
Wohlgemeinten, treuen Rat,
Klar im Wollen, klar im Handeln,
Wahr im Worte, frisch zur Tat!
Sei's auf lichtumflößer Höhe,
Sei's im schattigdunklen Tal,
Auch im Grau des Alltagslebens:
Immer treu dem Ideal!
Frida v. Kronoff.



*** Körperliche Abhärtung. ***

Im Sommer ist die richtige Zeit gekommen, um mit Abhärtungskuren den Anfang zu machen. Leider ist der Laie immer noch zu wenig darüber unterrichtet, daß systematisch befolgte Vorbeugungsmaßregeln auch auf dem Gebiete der Gesundheitspflege großen Wert haben. Immer wieder muß dringend darauf hingewiesen werden, daß Krankheiten aller Art sich leichter verhüten als heilen lassen.

Wie solche Abhärtungskuren vorgenommen werden sollen, hat Dr. Hartmann in der „Sonntagszeitung für Deutschlands Frauen“ wie folgt beschrieben:

„Den Körper gegen die kleinen Störungen des Alltags behüten, ihn gegen plötzlichen Witterungswechsel, Abkühlungen zc. schützen und besonders das ganze Heer der Erkältungskrankheiten unschädlich machen, das kann nur eine richtige, streng durchgeführte und stetig fortgesetzte Abhärtung. Gewöhnlich macht man sich von einer Abhärtungskur einen ganz falschen Begriff; man denkt dabei mit gelindem Gruseln an kalte Duschen, große Wasserkübel zc. Das ist durchaus falsch. Wie bei jeder Körperbehandlung muß auch eine Abhärtungskur sich in jedem Fall nach der Körperbeschaffenheit des zu Behandelnden richten. Vor allem kommt es darauf an, eine etwa schon vorhandene Verweichlichung des Körpers zu beseitigen. In keinem andern Punkt wird so viel gesündigt, als inbezug auf die Kleidung.“

Schon in frühester Jugend wird mit der Verweichlichung angefangen. Wollene Unterkleidung sollte eigentlich für jedermann, mit Ausnahme altersschwacher Leute, deren Körper nicht mehr genug Eigenwärme besitzt, entbehrlich sein. Desgleichen sollte man auch nicht gleich bei jedem rauhen

Windstoß den Paletot anziehen oder bei der ersten Schneeflocke nach dem Pelz greifen. Ganz zu verwerfen sind — selbst bei der größten Kälte — Halstücher und Schals; sie sind gewöhnlich für entstehende Halskrankheiten verantwortlich.

Alle zu warmen Ueberkleider wird man bald vermeiden können, alle Furcht vor Kälte und Zugluft verlieren, wenn man, selbstverständlich auf eine diäte Lebensweise gestützt, seinen Körper durch systematische Abhärtung an dergleichen Temperaturwechsel gewöhnt. Die wichtigsten Abhärtungsmittel sind Luft und Wasser, und zwar kommt die Luft noch viel mehr in Betracht, als das feuchte Element. Luftbäder sind ein vorzügliches Mittel zur Erziehung des Körpers. Man kann sie ebensogut im Freien, wie auch im Zimmer nehmen. Anfänger in der Abhärtung, schwächere und ältere Leute werden natürlich das letztere vorziehen. Das Zimmer soll mäßig temperiert sein, etwa 12° R. Natürlich ist einige Bewegung während des Luftbades notwendig, Turnübungen werden am besten sein. Man dehne zunächst die Luftbäder nur auf eine viertel, dann auf eine halbe und schließlich auf eine ganze Stunde und noch länger aus. Am besten ist es, wie gesagt, daß man in der warmen Jahreszeit anfängt und die Luftbäder bis in die kalte fortsetzt. So kommt man dann allmählich ganz von selbst zu den tieferen Abhärtungsgraden und kann schließlich sein Luftbad nicht nur ungestraft, sondern auch mit großem Nutzen im Freien nehmen. Nach jedem Luftbade nehme man rasch eine kühle Abwaschung des ganzen Körpers vor und reibe sich dann tüchtig ab. Am besten verwendet man hierzu Wasser, das über Nacht im Zimmer gestanden hat; nach Luftbädern im Freien nehme man luftwarmes Wasser. Eigentlich ist es ja für jeden sauberen Menschen selbstverständlich, den Tag mit einer Waschung des ganzen Körpers zu beginnen.

Zur Abhärtung gehört naturgemäß auch eine entsprechende Vereinfachung der Schlafstätte. Gerade in Beziehung auf Betten wird bei uns sehr viel gesündigt. Feder-

Unterbetten sind absolut zu verwerfen, da sie den Körper nicht ausdünsten lassen. Für das Oberbett wählt man am besten wollene Decken, je nach der Jahreszeit eine oder zwei. Daß bei Nacht ein Fenster im Schlafzimmer geöffnet bleiben muß, ist als selbstverständlich vorzusetzen; nur in sumpfigen Fiebergegenden wird man hiervon abweichen.

Wer dermaßen begonnen hat, sich abzu- härten und sich wohl dabei fühlt, der lasse ruhig Wollhemden, Schals, Pelzkappe und Mantel im Schrank hängen; nur bei ganz schlechtem Wetter mag der Ueberrock Verwendung finden. Diese Art von Abhärtung ist viel wichtiger und nützlicher als das unterschiedslose Kaltwasserpanischen. Regelmäßige kalte Wasseranwendungen sind nur gut für vollblütige, kräftige Leute; schwache, blutarme, bleichsüchtige und alte Leute schaden sich durch viel kaltes Wasser mehr, als sie sich nützen. Auch die sonstige Lebensweise spielt bei der Abhärtungskur natürlich eine große Rolle. Wer viel Fleisch und erhitzende Getränke genießt, dem steht kaltes Wasser viel mehr zu, als Leuten, die gemischte Kost vorziehen und den Alkohol vermeiden. Vor allen Dingen aber lege man die in weiten Kreisen verbreitete Furcht vor der Zugluft ab und bedenke, daß der Körper zu seiner Ernährung und Funktion Luft braucht und frische Luft das beste für ihn ist. Man fährt aber mitunter lieber stundenlang im überhitzten und überfüllten Eisenbahnwagen und atmet verbrauchte Luft ein, als daß man einmal ein wenig das Fenster öffnete und durch einen kräftigen Luftzug die verbrauchte Luft sich erneuern ließe. Steigt man dann nachher aus und hat eine Zeitlang in der Kälte oder gar im Schneegeföber zu gehen, dann rächt sich der mißhandelte Körper durch eine heftige Erkältung. Eine Unsumme von Geld für Apotheken und Doktorrechnungen könnte gespart werden, wenn die Abhärtung im Publikum mehr durchgeführt wäre. Ja, manches blühende Menschenleben wäre nicht verloren gegangen, wenn nicht diese allgemeine Furcht vor Luft und Wasser herrschte.



Wurmstichige Äpfel und Birnen.

(Nachdruck verboten.)

Betrachten wir die vor der vollständigen Baumreife heruntergefallenen Früchte etwas näher, so zeigen sich dieselben wurmstichig. Wenn nun zugleich der angestechte Apfel oder die Birne entzweigesehritten wird, so finden wir im Innern ein kleines blau-rotes Käupchen, welches bis ins Kernhaus Gänge ausfrisst und mit seinem Urtrate füllt. Es ist dies die Obstmade, die Raupe des Apfelwicklers (*Toxtrix pomonella*), von welchem vielfach unsere schönsten Früchte heimgesucht werden.

Um den bösen Schädling erfolgreich bekämpfen zu können, muß uns seine Lebensweise vorerst bekannt sein. In den Monaten Juni bis Juli zeigt sich bei der Dämmerung ein graubrauner, nicht leicht von der Rinde der Apfelbäume zu unterscheidender kleiner Schmetterling. Das Weibchen dieses Schmetterlings legt seine 30—50 Eier vielfach nur einzeln an die unreifen Früchte der Apfel- und Birnbäume ab. Nach Verlauf von 10 bis 14 Tagen schlüpfen aus diesen Eiern Käupchen aus, die sich allmählich in die Früchte hineinbohren, um dort ihr Zerstörungswerk zu beginnen.

Die von dieser Obstmade angestochene Frucht fällt frühzeitig als notreif ab.

Gesättigt von der Frucht verläßt jetzt der Zerstörer dieselbe; er sucht unter den Rindenschuppen des Stammes ein behagliches Winterquartier auf und verpuppt sich. Bringen wir das Frühobst, ohne den Schädling zu beachten, in die Obstkammer, so schlüpft er hier aus und sucht Fugen und Spalten auf, um als Puppe zu überwintern.

Nach andauernder warmer Witterung, nach meiner Beobachtung Ende Juni, entwickelt sich aus der Puppe neuerdings ein graubrauner Schmetterling, der durch reichliches Ablegen von Eiern an die Früchte für eine große Nachkommenschaft sorgt.

Wie wollen wir nun die Bekämpfung dieses Zerstörers mit Erfolg vollziehen?

In erster Linie muß der Obstzüchter für eine gute Rindenpflege besorgt sein. Zu

diesem Zwecke müssen wir von Zeit zu Zeit den Baum von abgestorbener Rinde, Flechten und Moosen reinigen, wodurch dem Schädling die günstige Gelegenheit zum Überwintern genommen wird. Ein Kalkanstrich an Stamm und Ästen trägt wesentlich zur Verminderung bei.

Ferner dürfen wir gerade zur gegenwärtigen Zeit das häufige Einsammeln der von der Obstmade durchbohrten und somit abgefallenen Früchte nicht unterlassen, aber bevor der Wurm die Frucht verläßt. Vorteilhaft ist es, solche Früchte unverzüglich einzufrieren oder event. als Schweinefutter zu verwenden.

Gute Erfolge hatte ich zu verzeichnen nach dem Anbringen von sogenannten Obstmadenfallen, auf Brusthöhe um den Baumstamm herum angelegt. Hierdurch wird den am Stamm herumfuchenden Käupchen künstlicher Unterschlupf geboten, welcher gerne bezogen wird. Im Winter nimmt man dann die Fallen sorgfältig ab und vernichtet die darin eingesponnenen Maden nebst anderen Schädlingen durch Verbrennen des Fanggürtels.

Die Herstellung solcher Obstmadenfallen ist sehr einfach. Man näht auf 30 Cm. breite Streifen von starkem Papier oder Deltuch eine schwache Schicht mittelstarke Holzwolle und bindet das Ganze am oberen Rande, die Holzwolle einwärts gerichtet, um den Baumstamm.

G. Landolt.



»»» Unser Silbergeschirr. «««

Silbergeschirr schön im Aussehen und in der Form zu erhalten, ist die Aufgabe der Hausfrau oder Hausbediensteten. Leider wird dagegen viel gesündigt und man entschuldigt sich damit, daß Metallgegenstände, zumal Messer und Gabeln durch den täglichen Gebrauch notgedrungen unansehnlich werden müssen, ob sie nun aus gewöhnlichem oder aus einem edleren Metall hergestellt seien. Daß dies beim Silber aber nicht der Fall zu sein braucht, werden nachstehende Zeilen beweisen.

Schon beim Abdecken des Tisches muß dem Silber besondere Aufmerksamkeit geschenkt und es allein entweder auf einen Teller, ein Präsentierbrett oder in ein eigens dazu bestimmtes Körbchen gelegt werden; Messer und Gabeln steckt man in den Messerforb. Die vielen Beulen und Schrammen, welche täglich gebrauchtes Silber oft aufweist, kommen meistens beim Abdecken hinein, wo Schüsseln und Teller mit scharfen Rändern über Silbergegenstände gestellt oder letztere gar mit Messern und Gabeln zusammen in ein Gefäß gelegt werden.

In jeder wohlgeordneten Küche sollte sich ein eigenes Gefäß, Schüsseln oder Kübelchen vorfinden, welches zu nichts anderem gebraucht werden darf, als zum Reinigen des Silbers.

Zum Reinigen von Silber macht man aus bester, weißer Kernseife eine Seifenbrühe, in welche man die gebrauchten Gegenstände einlegt, mit Ausnahme von Messern und Gabeln. Mit einem weichen, weißen Flanellappen wird dann jedes Stück abgerieben, wobei man, je nachdem das Silber trübe ist oder Flecken hat, noch etwas heiße Kernseife auf den Lappen nehmen kann. Nie aber streiche man Seife direkt auf die Silbergegenstände, denn auch dieses gibt Schrammen und Kratzen. Zuletzt bringt man Messer und Gabeln, sofern sie Silber sind und nachdem die Klingen vorher in heißem Wasser abgewaschen wurden, in die nicht mehr zu warme Seifenbrühe und verfähre ebenso damit. Beim Spülen der Messerklingen lasse man sich ja nicht verleiten, die ganzen Messer ins heiße Wasser zu bringen. Dies ist gerade bei silbernen Messern sehr schädlich; die Hefte gehen, da Silber als Metall die Hitze sehr lange hält, viel leichter aus dem Leim als Messer mit Bein- oder Horngriffen.

Ist alles Silber auf die angegebene Weise gereinigt, so wird dasselbe mit heißem Wasser gut nachgespült, an einem weichen Tuche abgetrocknet und dann mit einem zarten Fensterleder nachpoliert. Das letztere wenigstens besorge die Hausfrau, auch wo dienstbare Geister zur Verfügung stehen, selbst. Sie kann das ganz gemü-

lich im Esszimmer tun, ehe sie die Geräte ins Büffet einordnet. Es geht ihr dabei Stück für Stück durch die Hand und sie kann etwaigem Schaden: Flecken u. sofort abhelfen.

Zweimal in der Woche werden die Silbergegenstände nach dem Abwaschen einige Stunden in eine schwache Lauge von Holzasche gelegt, nachher abgetrocknet und dann mit einem Leder poliert. Unter meinem Schüttstein steht jahrein jahraus eine alte Blechbüchse mit dieser Aschenlauge angefüllt, aus welcher das Silber wie neu hervorgeht. Viermal im Jahre erneuere ich dieselbe, indem ich Holzasche mit heißem Wasser überbrühe und erkalten lasse.

Nach dem Genuß von Eiern bekommen silberne Löffel oft gelbe Flecken (vom Schwefel herrührend, den die Eier enthalten), welche, mit Seife behandelt, nicht schwinden. Es empfiehlt sich, alsdann etwas Ruß oder feine Asche auf ein zartes Läppchen zu nehmen und damit die Flecken einzureiben. Auch weichen diese Flecken, wenn man zum Spülen der Löffel Wasser nimmt, in welchem geschälte Kartoffeln abgekocht wurden und wenn man die Flecken vielleicht noch mit dem Bodensatz des Wassers, dem Kartoffelmehl, etwas abreibt.

Dieses Kartoffelwasser ist frisch überhaupt ein prächtiges Putzmittel für Silberzeug, namentlich für Bestecke, und alles Silber wird so schön und blank davon, wie dies sonst nur nach Anwendung von Putzpulver der Fall ist. Einen wesentlichen Vorteil bietet dasselbe namentlich bei eiselierten und gravierten Gegenständen, wobei sich die gewöhnlichen Putzpulver leicht in die Vertiefungen festsetzen und nur durch Bürsten zu entfernen sind. Auch Neusilber und plattierte Waren erstrahlen nach der Anwendung von Kartoffelwasser in neuem Glanz.

Dies in Kürze einige Winke zur Behandlung des Silbers. Wenn sie zu größerer Sorgfalt, als sie mancherorts üblich ist, anregen, so ist ihr Zweck erreicht.



Haushalt.

Suppenkräuter, die man im Winter oft so sehr vermisst, lassen sich durch Trocknen gut aufbewahren. Man bindet die Kräuter zu diesem Zwecke in kleine Büschel und steckt sie, mit den Stielen voran, in eine spitze Papierdüte. Diese muß den Kräuterbüschel noch um einige Centimeter überragen. Die Stiele werden nun mit der Spitze der Düte mittelst Bindfaden verbunden und an zugigem Orte aufgehängt, die Öffnung nach unten. Sind die Kräuter gut trocken, so schlägt man das Papier, soweit es vorgestanden ist, über den Inhalt und bewahrt die Büschel an geeignetem trockenen Orte hängend auf.

Eine andere Aufbewahrungsart ist folgende: Man zupft die Blätter der Suppenkräuter von Stengel und Stielen und legt erstere auf Fließpapier, wo sie unter öfterem Umwenden in ein paar Tagen völlig trocken sind. In Beuteln aus altem Musselin hängt man die gedörrten Kräuter dann noch ein paar Tage in die Zugluft und bewahrt sie darauf in Porzellanbüchsen gut verschlossen auf.

Estragonkraut läßt sich nur in Essig aufbewahren, da es durch das Trocknen sein Aroma verliert.

Sparsame Hausfrauen trocknen im Sommer auch allerlei Gemüseabfälle, Blumenkohlstrünke, Spargelschalen, Kohlrabi, Rübli etc., um sie im Winter dann als Suppengewürz in der Fleischbrühe aufzukochen. Sie werden in dünne Streifen geschnitten und an der Luft gut getrocknet.

Der **Insektensammler** kann ohne Tierquälerei verfahren und sich zugleich die betreffenden Exemplare fast unversehrt erhalten, wenn er folgendes beobachtet: Käfer tötet man leicht und sicher durch Einwerfen in hochgradigen Spiritus. Schmetterlinge sind, bevor sie aufgespießt werden, durch Essig-Melher oder Petroleum zu töten. Manche Arten besitzen eine große Lebenskraft und sind deshalb entsprechend lange der Einwirkung des betreffenden Mittels auszuweichen, da andernfalls ein Erwachen aus der Betäubung möglich ist. — Im übrigen wäre es sehr zu wünschen, daß das Anlegen von Insektensammlungen ohne Verfolgung wissenschaftlicher Zwecke gänzlich unterlassen würde.

Arge Plagegeister zur Sommerszeit sind die **Mücken** (Langhörner — Nematocera). Sie haben einen sehr zarten Bau, lange, dünne Beine, eine große Anzahl von Fühlergliedern und ziemlich lange Fühler. Diese Blutsauger, die eine scharfe Drüsenabsonderung in die mit den Stechborsten des Rüssels erzeugte Wunde fließen lassen, wodurch der Zufluß des Blutes nach der gestochenen Stelle befördert und in der unmittelbaren Folge eine Entzündung und Geschwulst hervorgerufen wird, vermögen wir uns kaum fernzuhalten. Allerdings gibt es ein Mittel, sie bis zu einem gewissen Grade aus den Wohnräumen zu verbannen,

dieß besteht darin, daß man Eucalyptusbäume aufstellt, welche sie fliehen. Wer gewohnt ist, abends bei offenem Fenster zu arbeiten, der sollte diese hübschen, großblättrigen Pflanzen eifrig züchten. Erhältlich sind sie wohl in den meisten größeren Gärtnereien. Aber schließlich ist die Mückenplage im Zimmer verhältnismäßig gering gegenüber der im Freien, namentlich im Walde. Um besten vertreibt man die Tiere bekanntlich mit Tabakrauch. Eine Abkochung von Quassiaholz, mit der man sich (erkaltet) wäscht, hält die lästigen Insekten auch fern.

Ist man von einer Mücke gestochen worden, bestreicht man die betreffende Stelle sofort mit Salmiakspiritus, wodurch der Anschwellung und Entzündung vorgebeugt wird. Bei Ausflügen aufs Land, wie bei Reisen, besonders Fußreisen, darf man nie unterlassen, ein Fläschchen voll dieses trefflichen Mittels bei sich zu tragen.

* * Küche. * *

Kochrezepte.

Alkoholphaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasser-verbünnten Sirup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Sommersuppe. Eine Handvoll Spinat, ebensoviel Zwiebelröhrchen, Korbkraut, Petersilie und Sauerampfer wird erlesen, gewaschen, feingehackt, in einem Stückchen zerlassener Butter unter Rühren mit etwas Mehl 3—5 Minuten gedämpft, das Gewürz, sowie die nötige Fleischbrühe hinzugefügt und alles 5—10 Minuten aufgekocht. In der Suppenschüssel rührt man 1—2 Eier mit ganz wenig „Maggis Suppenwürze“, etwas Rahm oder in Ermangelung dessen mit einem kleinen Stückchen Butter zu einem Teiglein und richtet die Suppe mit gerösteten Brotwürfeln darüber an.

Gespickter Seefisch (Seehecht, Rabliau oder Schellfisch). Der Fisch wird geschuppt und sehr sorgfältig gereinigt, enthäutet und mit kochendem Salzwasser übergossen. So bleibt er 4—6 Minuten stehen. Dann wird der Rücken mit sehr feinen, in Salz und Pfeffer gewälzten Speckstreifen gespickt, mit dem Saft einer Zitrone beträufelt und muß eine knappe Stunde so durchziehen. Dann legt man den Fisch in eine Bratpfanne in zerlassene Butter und gießt etwas dünne Brühe dazu. Unter fleißigem Beträufeln wird er mit brauner Butter und löffelweisem Zugießen von saurem Rahm gar gebraten und mit geriebenem Parmesankäse und Stokbrot bestreut. Der Fisch muß damit anbräunen und wird mit Salzkartoffeln zu Tisch gegeben.

Entrecôtes (Rindskoteletten). Zeit 1—2 St. 1 Kilo Rippenstück, 30 Gr. Fett, 30 Gr. Speck, Salz, Pfeffer, Olivenöl. — Das gelagerte Fleisch wird zwischen jeder Rippe durchgeschnitten und zu einer schönen Kotelette zugestutzt, mit Olivenöl bestrichen und die Stücke eine Stunde aufein-

andergelegt bei Seite gestellt. Dann macht man das Fett heiß, gibt die Speckscheiben hinein und brät die Entrecôtes auf raschem Feuer fünf Minuten auf der einen und fünf Minuten auf der andern Seite, bestreut mit feinem Salz und Pfeffer, träufelt etwas Zitronensaft darauf oder belegt sie mit Kräuterbutter und gießt den Fond, der mit etwas Fleischbrühe aufgekocht wurde, neben die Entrecôtes in die Platte. Auf diese Weise sind die Entrecôtes inwendig noch rot. Wer sie besser durchgebraten haben will, der gieße nach dem Braten noch 2 Deziliter warme Fleischbrühe zum Fleisch, decke es gut zu und schmore es noch eine Viertelstunde langsam. Einige Löffel saurer Rahm verbessern das Gericht.

Kräuterbutter. 50 Gr. Butter werden mit dem Saft einer halben Zitrone, einer Prise feinem Salz und Pfeffer und einem Theelöffel voll Schnittlauch und Petersilie gut durchgeknetet. Die Kräuterbutter kann nur einige Tage aufbewahrt werden.

Aus „Gritli in der Küche“.

Italienische Eier. Kochdauer 1 Stunde. 4 reife Tomaten werden in Viertel geschnitten, mit etwas Butter gar geschmort und durch ein Haarsieb getrieben. 12 kleine Weißbrotschnitten röstet man im Ofen hellbraun, bestreicht sie mit Butter und belegt jedes Schnittchen mit der Hälfte eines hartgekochten Eies. Aus 50 Gr. Butter und 60 Gr. Mehl bereitet man eine helle Mehlschwitze und verrührt dieselbe mit etwas Fleischbrühe zu einer recht dicken, sämigen Sauce. Man gibt die durchgetriebenen Tomaten, 1 Eßlöffel Sardellenbutter, 1 Eßlöffel Kräutereisig, $\frac{1}{2}$ Theelöffel Maggi-Würze, feinen weißen Pfeffer und geriebenen Parmesankäse hinein. Diese Sauce wird heiß über die Schnittchen gegeben und die Speise sofort angerichtet.

Gurken-Gemüse. Man schält die Gurken, schneidet sie in zolllange, fingerdicke Stücke und läßt sie einigemal in siedendem Salzwasser aufkochen; unterdessen schwitzt man einen Eßlöffel Mehl in 60 Gr. Butter hellgelb, verkocht diese Mehlschwitze mit $\frac{1}{2}$ Liter frischer Milch oder mit Fleischbrühe, würzt die Sauce mit Salz und Muskatnuß und dünstet die Gurken langsam darin weich; man gibt Koteletten, Fricandellen, Fleischklößchen und dergleichen dazu.

Aprikosen-Gramolate. Zwölf sehr reife, saftige Aprikosen reibt man durch ein Haarsieb, zerschlägt, schält und zerbricht die Kerne, legt sie in den Saft, läßt denselben drei Stunden mit 1 Liter Zucker-Sirup ziehen, drückt den Saft von 3 Zitronen hinein, seigt alles durch ein Haarsieb und schüttet die Flüssigkeit in die Gefrierbüchse. Auf ganz gleiche Art stellt man aus reifen Pfirsichen eine Gramolate her.

Kürbis-Kuchen. Der geschälte u. zerschnittene Kürbis wird in Wasser weichgekocht, ausgedrückt, durch ein Sieb getrieben und mit Milch oder Rahm und etwas Salz und Zucker zu einem dicken Brei verrührt, den man in einer Schüssel auskühlen läßt. Nachdem dies geschehen, mischt man

4 Eier, 125 Gr. geschälte und gestoßene süße und einige bittere Mandeln, die abgeriebene Schale einer Zitrone, einige Löffel Zucker und einen Löffel Zimmt darunter, streicht diese Mischung dick auf einen ausgerollten Kuchen von Hefenteig oder Buttermilch und bäckt den Kuchen $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunden bei mäßiger Hitze.

Eingemachte Früchte.

Gelee aus Falläpfeln. Die unreifen Äpfel werden gesäubert, nicht geschält, in die Pfanne gelegt, Wasser darauf gegossen, bis es übersteht, dann zerkoht und zu einem dünnflüssigen Brei gerührt. Dieser Brei wird in ein grobmaschiges, leinenes Tuch getan und abtropfen gelassen. Der abgetropfte Saft wird hierauf mit Zucker zu Gelee gekocht. Auf 1 Liter Saft 400 Gr. Zucker, dies läßt man etwa drei Viertelstunden kochen. Diese unreife Äpfelgelee hat eine prächtige, rotgoldige Farbe und ist geradezu kostbar, ein Lederbissen für Kinder und Erwachsene. Die Herstellung ist auffallend billig; das Pfund kostet etwa 25 Cts.

Zwetschgen-Marmelade. Reife, fehlerlose Zwetschgen werden von Stielen und Kernen befreit, mit sehr wenig Wasser zum Feuer gesetzt, völlig weichgekocht und durch ein grobes Haarsieb gestrichen; auf jedes Kilogramm von dem Fruchtmasse nimmt man 750 Gramm gestoßenen Zucker, nach Belieben auch etwas gestoßenen Zimmt und Nelken, siedet die Marmelade unter beständigem Umrühren dick ein, bis sie breit und schwer vom Löffel tropft, läßt sie erkalten und füllt sie in Steinbüchsen, bedeckt diese mit Papier und überbindet sie.

Pflaumen in Essig. Reife, frische Pflaumen werden mit einem Tuch abgewischt, einigemal mit einer Nadel durchstochen und in die Gläser gelegt; zu 3 Kilo Pflaumen nimmt man $1\frac{1}{2}$ Kilo Zucker, 16 Gr. Zimmt, 8 Gr. Nelken und $1\frac{1}{2}$ Liter feinen Weinessig. Der Essig wird mit dem Zucker gekocht und gut geschäumt, die Nelken und der Zimmt einigemal darin aufgekocht, wonach man die heiße Flüssigkeit über die Pflaumen gießt, und sie bis zum andern Tag zugedeckt stehen läßt. Am folgenden Morgen schüttet man den Essig ab, kocht ihn auf, schäumt ihn ab, läßt die Früchte einigemal darin aufwallen, nimmt sie mit dem Schaumlöffel heraus, legt sie in die Einmachgläser oder Steinbüchsen, streut die Gewürze dazwischen, siedet den Essig dicklich ein, gießt ihn warm darüber und überbindet die Büchsen nach dem Auskühlen mit Blase oder Pergamentpapier.

Tomaten in Salz. Nicht zu reife Tomaten werden mit einem sauberen Tuche gut abgerieben, in einen Steintopf gelegt, mit einer gekochten und wiedererkalteten Salzlake, die stark genug ist, ein Ei zu tragen, übergossen (hiezum werden auf 1 Liter Wasser 2 starke Hände voll Salz gerechnet), mit einem beschwerten Deckel zugedeckt oder mit Pergamentpapier überbunden und an einem trockenen kühlen Orte aufbewahrt. Es soll öfters darnach gesehen werden, ob sich nicht etwa Schimmel bilde.

Vor dem Gebrauch werden die Früchte gut gewässert. **Basler Kochschule.**

Senfgurken. Große, völlig ausgewachsene Gurken, die schon ziemlich reif sein dürfen, werden geschält, in Hälften zerschnitten, mit einem silbernen Löffel von Mark und Kernen befreit und in beliebig große Stücke zerteilt; dann bestreut man sie dicht mit Salz und läßt sie über Nacht stehen oder man kocht sie in Salzwasser einmal auf und läßt sie auf einem Siebe abtropfen, trocknet sie mit einem sauberen Tuche ab, schichtet sie in Glasbüchsen oder Steintöpfe mit dazwischengestreuten Senfkörnern, Estragon-, Basilicum- und Lorbeerblättern, Schalotten, würfelig geschnittenem Meerrettig, Pfefferkörnern, Piment, einigen Nelken, nach Belieben auch spanischem Pfeffer und Muskatblüte. Hierauf kocht man Weinessig mit Salz, auf 1 Liter Essig 1 Eßlöffel Salz gerechnet, gießt ihn nach dem Auskühlen über die Gurken, schüttet ihn am folgenden Tage wieder ab, siedet ihn abermals auf und wiederholt dieses Aufkochen drei Tage hintereinander, indem man ihn jedesmal erkaltet über die Gurken gießt. Schließlich bindet man den Topf mit Blase zu und verwahrt ihn an einem kühlen Ort. Man kann die Gurken nach Verlauf von 2–3 Wochen in Gebrauch nehmen.

Gesundheitspflege.

Als Mittel gegen **Sommersprossen**, das zwar die Flecken nicht ganz vertilgt, sondern nur bedeutend abschwächt, empfiehlt die „Praktische Offiziersfrau“ folgendes: $\frac{1}{2}$ Liter frische Milch, dem man einige Tropfen Zitronensaft beigibt, läßt man auf dem Feuer gerinnen. Mit den dadurch gewonnenen Molken wäscht man, wenn sie erkaltet sind, morgens und abends das Gesicht. Der sich bildende feine Ueberzug wird nur zum Ausgehen entfernt. Die Molken sind alle 2–3 Tage zu erneuern. Um einen guten Erfolg zu erzielen, muß dies Mittel mehrere Sommer angewandt werden.

Krankenpflege.

Lysol- und Kresolseifenlösung. Angesichts der verschiedenen Vergiftungen oder doch wenigstens Schädigungen der Gesundheit, die durch unrichtige Verwendung von Desinfektionsmitteln schon vorgekommen sind, ist größte Vorsicht beim Gebrauch derselben zu empfehlen. Lysol- und Kresolseifenlösung, die in den letzten Jahren in den Vordergrund getreten sind, können bei innerlicher Darreichung ganz kleiner Dosen Verätzung der Speiseröhre und des Magens zur Folge haben und sogar den Tod herbeiführen. Auch bei äußerlicher Verwendung an Händen und Füßen können sie selbst in starker Verdünnung

schwere Vergiftungs-Erscheinungen hervorrufen. Beide Mittel sollen nur auf ärztliche Verordnung hin gebraucht werden. Die Aufbewahrung sei derart, daß Verwechslungen ausgeschlossen bleiben. Auch bei Verwendung zu Desinfektionszwecken ist größte Vorsicht am Platze.

Kinderpflege und -Erziehung.

Kinder sind durch die **Masern** um so mehr gefährdet, je jünger sie sind; aber auch je zarter ihre ganze Gesundheit ist, besonders wenn sie an schwacher Brust und öfterem Husten leiden oder wenn sie von brustkranken Eltern abstammen; ja die Vermutung größerer Gefahr besteht schon dann, wenn auch nur andere Familienmitglieder mit solchen Schwächen oder Krankheitszuständen behaftet sind. In allen solchen Fällen gebietet die Vorsicht, sobald bei anderen Kindern derselben Schule oder des Umgangs Masern ausgebrochen sind, jene gefährdeten Kinder von der Kinderschule, dem Kindergarten und anderen Gelegenheiten der Ansteckung zurückzuhalten. Wenn sie auch später schwerlich dieser Krankheit entgehen werden, so ist doch jeder Aufschub ein Gewinn, weil fast mit jedem Jahr die Gefahren dieser Krankheit abnehmen.

Die Masern lassen nicht selten einen mehr oder weniger heftigen und langwierigen Husten, sowie eine große Neigung zu Erkrankungen der Atmungsorgane zurück, die oft noch nach langer Zeit einen gefährlichen Charakter annehmen. Es ist deshalb geboten, die Genesenden und auch die Genesenen noch lange Zeit vorsichtig zu beobachten, Gelegenheit zu Erkältungen durch zu leichte Kleidung, raues Wetter, Durchnässungen und dergleichen mehr zu vermeiden, jede auch anscheinend leichte Erkrankung ernst zu nehmen und endlich durch vorsichtige Abhärtung vermittlest allmählich kühler genommener Abwaschungen und Bäder die Empfindlichkeit der Haut und eine Neigung zu Erkältungen abzustumpfen.

Dr. Dornblüth.

Gartenbau.

Bei anhaltender Trockenheit sehen die **Bohnenbeete**, selbst da, wo man sie häufig begießen konnte, nach wenig Wochen nicht mehr vielversprechend aus; der Ertrag ist gleich Null, da sich aus Mangel an Feuchtigkeit keine jungen Triebe mehr bilden. Die praktische Hausfrau könnte somit für den Winter keine großen Vorräte anlegen. Nun lassen sich aber auch im Juli und August, bei Aussicht auf einen fruchtbaren Herbst, nochmals Bohnen stecken in sonnigen Beeten. Der Same wird in einem Teller mit Wasser über Nacht oder bis 24 Stunden lang eingelegt. Es eignen sich zu dieser zweiten Ernte besonders die sogenannten gelben Bohnen, Flageolet, Mont

d'or etc. Sie sind schneller als andere ausgewachsen, da ihre Höhe nur 1—1½ Meter beträgt, zudem gehören diese zu den dankbarsten Sorten. Sie tragen überaus reichlich und eignen sich auch ganz vorzüglich zu Salat. In diesem Jahre besonders sind Sorten, die nicht so schnell hart und zäh werden, vorzuziehen; die gelben bleiben zart und sind daher bald weich gekocht.

Angeziefervertilgung. Im Gemüsegarten sollte da, wo die epidemische Kropfkrankheit überhaupt noch einige Aussicht auf Ertrag der Kohlpflanzen zuläßt, jetzt eifrig nach den Eiern, die die Kohlweißlinge gelegt haben, gesucht und diese zerdrückt werden. Später, wenn die Raupen schon eifrig an der Arbeit gewesen sind, ist die Mühe des Ablesens bedeutend größer.

Ein Mittel gegen die kleinen Schnecken, die meistens bei Beginn der Dämmerung über Gemüse- und Blumenbeete, besonders die frischbepflanzten, wo sie noch zartere Kost finden, wandern, ist das Vter. Tropfbier, das man in den Wirtschaften leicht erhält, wird in flachen Geschirren (Blumentopfunterseher etc.), die man aber nicht voll gießt, derart in den Beeten aufgestellt, daß der Rand des Tellers fast eben ist mit der Erde. Die durch den Geruch angezogenen Uebelthäter werden dann überrascht hineinfallen. R.



Tierzucht.



Während der gegenwärtigen Mauserzeit bedürfen unsere Stubenvögel einer ganz besonderen Pflege, wenn sie gesund bleiben sollen. Während der heißen Witterung haben die Tierchen überdies noch stark von Ungeziefer zu leiden; die blutsaugende Milbenbrut ist wacker an der Arbeit. Man gebe in dieser kritischen Zeit den Körnerfressern reichlich Hanf, Kanariensamen, Hafer, Hirse u. s. w. Den Insektenfressenden sind frische Ameisenpuppen und Mehlwürmer zu verabreichen. Beiderlei Vogelarten ist Eifutter (altbackenes, geriebenes Weizenbrot, gemischt mit hartgekochtem geriebenem Ei) und ein Stück Sepia zuträglich. Kanarienvögel bekommen außer Kanariensamen hebrichfreien Sommerrüben, Hanf, obengenanntes Eifutter, Vogelmiere, Salat und Obst. Man hüte sich aber vor dem Uebermaß nach irgend einer Richtung hin. Zuviel Hanf z. B. macht den Vogel zu fett und zuviel Grünes ruft leicht Verdauungsstörungen hervor. Gutes Trinkwasser darf nicht fehlen. Man Sorge auch für Reinlichkeit in den Käfigen, welche möglichst einfach ohne unnötige Verzierungen ihrem Zweck am besten dienen. Sind Milben vorhanden, so sucht man sie mittelst einer Kreolin- oder Karbollösung (2:10) zu vernichten. Die Vogelbauer hänge man an schattige, ruhige, aber nicht zu dunkle Orte und schütze die Vögel vor Zugluft und Kälte.



* Frage-Ecke. *



Antworten.

64. Die Ursache Ihrer blütenlosen, aber üppigen **Veilchenpflanzen** mag vielleicht in der unrichtigen Auswahl der Sorte zu suchen sein. Reichblühende Sorten sind die großblühenden russischen und das Augusta-Veilchen. Um alljährlich reichblühende Pflanzen zu haben, sind dieselben alle 2—3 Jahre nach der Blüte durch neue Ausläufer zu ersetzen und an eine andere Stelle zu pflanzen. Ein reiches Düngen mit frischem Dünger oder mit Gülle ist zu vermeiden, weil wir dadurch die Veilchen-Pflanzen nur zu einem kräftigen Blätterwachstum, nicht aber zu reichem Blütenansatz anregen. G. L.

65. Laut „Mein Hausfreund“ wird zur Vertilgung der **Holzwürmer** als bewährtes Mittel roher Holzessig angewendet; ebenso hat sich eine Auflösung von 8 Gr. Karbolsäure und 100 Gr. Wasser bewährt. Die Lösung, wie den Holzessig, bringt man mit einem feinen Pinsel wiederholt in die Löcher. Man bläst auch mittelst einer Gummispritze mit hölzerner Röhre fein pulverisiertes Insektenpulver in die sichtbaren Löcher, wodurch der Holzwurm abstirbt und wiederholt dies so lange, als noch Holzmehl — die Exkremente des Tieres — aus den Möbeln kommt. — Man nimmt ferner Terpentinspiritus, bestreicht mit einer Federpose so tief es geht, die angestrichenen Stellen und wiederholt dies vier Wochen lang täglich, wonach jegliche Spur der Tiere verschwindet. — Man lege in den vom Holzwurm befallenen Schrank oder dergleichen einen Teller voll frischer Eicheln, von welchen die Kapeln womöglich entfernt wurden, was jedoch nicht unbedingt erforderlich ist. Der Geruch der Eicheln zieht die Bohrwürmer in sehr kurzer Zeit an, welche sich auf dem Teller zusammenfinden und dann getötet werden. B.

Fragen.

66. Wer gibt mir Rezepte für gute **Wassersuppen** an? Mein Portemonnaie gestattet mir nicht, immer Fleischbrühe zu verwenden, doch essen wir gerne recht kräftige Suppen.

Eine Sparsame.

67. Wie viel gefüllte **Konservengläser** sollte der Konservenschrank einer jungen Hausfrau aufweisen, wenn man mit den Vorräten gut durch den Winter kommen soll? Wir sind nur zwei Personen aber große Obstliebhaber. Da ich dies Jahr zum erstenmal Obst konserviere, habe ich gar keine Idee, was man ungefähr brauchen könnte. Wer rät einer Unerfahrenen?

Frau Marga.

68. Wie vertreibt man die lästigen **fliegen**? Wir Seher werden von diesen sonst ja so harmlosen Tierchen derart geplagt, daß wir uns kaum mehr zu helfen wissen.

