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

Band: 12 (1905)

Heft: 2

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 21.08.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion:
E. Coradi-Stahl
Zürich
unter Mitwirkung
tüchtiger
Mitarbeiter.

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 Bäckerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

№ 2. XII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 21. Januar 1905.

Ein wenig länger noch Geduld und frohen Mut
Und hell wird alles Trüb' und alle Uebel gut.
Schön ist ein sanfter Strahl dem Dunkel eingesprengt,
Ein süßer Vorschmack schon dem Bittern eingemengt,
Wenn ab der Schatten nur, wenn zu das Licht nur nimmt,
Wie schwer auch jener fällt, wie schwach auch dieses glimmt, —
Ein wenig länger noch Geduld und frohen Mut
Und hell wird alle Trüb' und alles Uebel gut.

Rückert.

Aus Grossmutters Küchen-Praxis.

(Nachdruck verboten.)

VII.

„Wir haben eine ganze Reihe Getreidekörner, die, als Gemüse zubereitet, nicht nur vortrefflich schmecken, sondern unserm Körper auch sehr zuträglich sind. Nach dem Reis möchte ich dir den Mais empfehlen. Den kannst du als Brei auftischen oder gebraten und gebacken; wirst als gute Köchin dich vielleicht sogar einmal an einen Maispudding wagen."

„Ja, ist denn der Mais nicht nur ein Italienergericht? Bei uns war eine Familie mit vielen Kindern; weil man im Dorfe wußte, daß sie täglich Mais und Reis essen und schon am Morgen zum Frühstück „Polenta" genossen, nannte man sie nur die „Tschinggen", ein Spottname, der sonst nur den wirklichen Italienern zukam. Es ist aber wahr", sagte Bertha nachdenklich, „die Kinder hatten alle rote Backen und waren kerngesund. Ich habe früher nie daran gedacht, daß die Gesundheit mit der Ernährungsweise zusammenhängen könnte."

„Schlimm genug, Kind, daß diese so wichtige Tatsache im Volke noch so wenig bekannt ist und daß gerade in Arbeiterkreisen so viel gesündigt wird, indem eine Menge Geld für wertloses Zeug, für Cichorien und Kaffee oder gar für das ganz irrtümlich im Rufe der Nahrhaftigkeit stehende Bier oder sonst für Alkohol ausgegeben, daß schwammiges, frischgebackenes Weißbrot dem festern, nährstoffreichern Schwarzbrot von ein bis zwei Tagen vorgezogen wird."

„Ich weiß aber doch nicht, ob Heinrich Mais essen wird, er hat wohl auch von

Hause aus ein Vorurteil dagegen. Ich versichere Sie, Frau Base, bei uns auf dem Lande gilt das Maisessen für etwas ganz gemeines, das nur die allerärmsten Leute tun, um sich vor dem Verhungern zu schützen."

„Bah, kleine Frau, wer wird denn heute noch Vorurteile haben? Du bereitest einmal recht sorgfältig einen steifen Maisbrei folgendermaßen: Du setzest 1 Liter Magermilch oder 3/4 Liter Vollmilch und 1/4 Liter Wasser aufs Feuer, gibst eine Prise Salz hinein und läßest es zum Kochen kommen, dann streust du 300 Gr. Mais und 60 Gr. feines Gries hinein, unter tüchtigem Umrühren. (Das Gries macht den Brei zusammenhängender und glatter.) Sobald die Masse wieder recht ins Kochen gekommen, fährst du damit in den Selbstkocher ab. Wer keinen solchen zur Verfügung hat, kocht eine Stunde auf ganz kleinem Feuer. Eine halbe Stunde vor Essenszeit schüttest du den Brei nun auf ein mit kaltem Wasser befeuchtetes Brett, streichst ihn glatt und läßest ihn erkalten. Dann schneidest du mit einem scharfen Messer gleichgroße Stücke von 3—4 □-Cm., machst in der Omelettepfanne etwas Fett heiß und brätst die Stücke auf allen Seiten schön gelb und knusperig. Wenn die Polenta, wie man dieses Gericht nennt, als selbständiges Nahrungsmittel und nicht blos als Beigabe dienen soll, so kann man den Brei vor dem Anrichten mit geriebenem Käse und einem Stück Butter oder auch mit 2 bis 3 gut verklepperten Eiern vermischen. — Serviert man dazu gekochtes Obst: ein gutes Apfelmus oder auch geschmortes frisches oder Dörrobst, so hat man eine vollständig ausreichende Mahlzeit zur Stelle. Man braucht die obligate Suppe nicht einmal. Ein Glas Milch dazu getrunken und man wird sich gesättigt und arbeitsfroh vom Tisch erheben.

Aus dem gewöhnlichen Gries macht man ebenfalls neben den in Milch gekochten Breien, die zur Abwechslung gesalzen oder gesüßt gereicht werden können, Klöße und gebackene „Pfluten". Letztere in der Weise wie das eben beschriebene Maisgericht, erstere nach folgendem Rezept: Mit 1 Ltr. Wasser setzt man Salz und etwas Suppengemüse (1/2 Zwiebel, Lauch, Sellerie, Kohlblätter 2c.) zu und gibt, wenn das Wasser 1/4 Stunde gekocht hat, 200 Gr. Gries mit einem Eßlöffel Mehl gemischt hinein, nachdem man mit dem Schaumlöffel das Gemüse herausgezogen hat. Statt dieses Suds kann auch Fleisch- oder Knochenbrühe verwendet werden. Nun wieder entweder 1/2 Stunde auf schwachem Feuer oder 2—3 Stunden im Selbstkocher aufquellen und dann anrichten, mit 2 Eiern und einem Stück Butter gut durchrühren, Klöße ausstechen, indem man einen Löffel in heißes Fett taucht und die Klöße auf die erwärmte Platte legt. Man gibt entweder in Butter geröstete Zwiebelschnittchen oder Brosamen darüber. Diese Klöße schmecken als Beilage zu Saucenfleisch oder Braten vorzüglich.

Panierte Griesschnitten gehören schon zu den feinern Gerichten. Der in Milch dick eingekochte und erkaltete Griesbrei wird in gleichmäßige Stengelchen geschnitten, in zerklopftem Ei und Panniermehl gewendet und in halbschwimmendem Fett gebacken. Entweder heiß mit Zucker und Zimmt bestreut oder vor dem Backen gesalzen und mit Käse vermengt.

Auch Haferbrei wird viel zu wenig genossen. Dabei ist er sehr einfach in der Zubereitung, schmackhaft und von großem Werte für unsern Körper. Zu einem Liter Milch rechnet man 150 Gr. Hafergries. Dieser wird in Fett leicht angeröstet, mit 2 Dezil. Wasser abgelöscht und aufgekocht. Dann nach und nach die Milch unter Rühren zugesetzt und auf schwachem Feuer 1 Stunde oder im Selbstkocher 2 bis 3 Stunden gekocht. Auch hiezu eignet sich gekochtes Obst am besten, doch geht auch Salat dazu."

„Ich danke Ihnen vielmal, Frau Base, für die guten Ratschläge; dürfte ich jetzt noch bei zwei Gerichten, die mir nie recht gelingen wollen, um Ihren Rat bitten? Die Mehlknöpfli oder „Wasserspatzen" werden mir immer so breiig, klebrig und unansehnlich und dann bringe ich das Sauer-

kraut nie weiß auf den Tisch. Wo fehle ich nur dabei?"

„Also Nummer eins: Mehlknöpfli. Wahrscheinlich fehlst du vor allem in der richtigen Wassermenge zum Sieden der Spätzchen und legst auch zu viel auf einmal ein. Zu einem richtigen Knöpfliteig gehört auf ½ Kilo Mehl 3 Dezil. lauwarmes Wasser und 1 Eßlöffel Salz. Ein bis zwei Eier erhöhen den Nährwert und machen die Spätzchen auch luftiger. Doch können sie ruhig weggelassen werden. Nun klopft man den glatt angerührten Teig recht tüchtig, indem man den Kochlöffel stets unter die ganze Teigmasse bringt und gegen sich hinschlägt und möglichst viel Luft hineinbringt. Der Teig muß geklopft werden, bis er sich von der Schüssel löst und so zähe ist, daß er hoch gezogen werden kann, ohne zu zerreißen. Man macht den Teig 1—2 Stunden vor dem Gebrauch und läßt ihn ruhen. Nun werden 1½—2 Liter Wasser, je mehr, desto besser, siedend gemacht, leicht gesalzen und von dem in kleinerer Menge auf ein Brettchen genommenen Teig mit einem scharfen Messer schmale Streifchen eingelegt. Man hüte sich aber, zu viel auf einmal einzulegen, sondern warte, bis die eingelegten Spätzchen obenauf schwimmen, ziehe sie dann im Schaumlöffel durch bereitstehendes reines heißes Wasser und lege sie auf die an der Wärme stehende Platte. Von dem genannten Quantum von ½ Kilo Mehl lege man 3—4mal ein und gebe jedesmal ein wenig frisches heißes Wasser nach, achte aber darauf, daß es wallt, bevor man wieder einlegt. So werden die Spätzchen ganz sicher nicht breiig und sind auch leichter verdaulich, als die festen, klebrigen. Daß du zur Erhöhung des Nährwerts auch hier Käse darunter streuen kannst oder auch gewärmte Braten- oder Fleischresten, das weißt du schon. Im übrigen gibt man in der Regel eine Brosamen- oder Zwiebelschweitze darüber.

Und nun noch zum Sauerkraut. Da führen nun „verschiedene Wege nach Rom". Man kann das leicht gewaschene Kraut zuerst mit ein wenig Wasser zusetzen und halb weich dünsten, was du natürlich im Selbstkocher besorgst oder man gibt es gleich in das nötige Fett. Am „Weißbleiben" ändert diese Verschiedenheit nichts; doch wird es kräftiger, wenn es von Anfang an in das Fett kommt. Im Frühjahr, wenn das Kraut sehr sauer geworden, empfiehlt sich jedoch das Aufkochen im Wasser, von dem dann weggegossen wird, bevor das Fett dazu kommt. Sauerkraut bedarf viel Fett. Schweine- oder Gänsefett eignen sich am besten dazu, niemals verwende man aber Backfett oder sonst dunkles Fett. Auf 1 Kilo Sauerkraut rechnet man 50 Gramm Fett. Man dünstet darin eine feingeschnittene Zwiebel weich, aber nicht gelb, fügt das Kraut dazu, gibt eine Prise Kümmel bei, Wasser bis zur Höhe des Krautes und kocht gut zugedeckt auf kleinem Feuer 2—3 Stunden. Will man Speck oder frisches Schweinefleisch damit kochen, bringt man es 1—1½ Stunden vor Essenszeit in die Mitte des Krautes. Eine Viertelstunde vor dem Anrichten streut man einen Kochlöffel Mehl darüber und rührt gut um. Dieses Einstreuen bewährt sich besser als das Anrühren eines Teigleins, weil man zu viel Brühe bekommt. Ist noch zu viel Wasser, bevor das Mehl hineinkommt, so wird etwas weggegossen. Das Kraut darf nie in einer Sauce schwimmen. — Und nun Glückauf zu deinen Versuchen!"

Die Orange und ihre Verwendung.

Jetzt ist die Zeit, wo die Orange am billigsten erhältlich ist und überhaupt als die einzige Frucht gelten kann, welche uns in reichlicher Menge geboten wird. Ehedem eine auserlesene Delikatesse oder doch wenigstens eine gelegentliche Näscherei, hat man jetzt ihren Wert als Genußmittel mehr eingeschätzt, wie man überhaupt dem Fruchtgenuß heute eine ganz andere Bedeutung für unser körperliches Wohlbefinden beimißt, als früher.

Wenn hier einige Rezepte für Zubereitungen aus diesen Früchten gegeben wer-

den sollen, so muß vorausgeschickt werden, daß dabei der Begriff Orange ein weit umfassender sein soll. Es gibt eine bitterfrüchtige Sorte von außerordentlich starkem Aroma der Schale; dann Mandarinen, Blutorangen, von denen die ersteren sich durch ein starkes und eigenartiges Aroma, namentlich aber in der dünnen Schale auszeichnet. Pomeranzen, worunter die unreifen Früchte aller Orangen verstanden werden, und Zitronen fallen hier außer Betracht, weil sie weniger Genußmittel an und für sich, sondern mehr Würze sind. Die Verwendung ist schon eine recht mannigfache geworden, man hat sie sogar mancherlei Speisen zugesetzt, doch ist hier zu erwähnen, daß das Aroma der Orangen doch ein zu zartes ist, als daß die Feinheiten der Frucht in verschiedenen Gerichten zur Geltung kommen könnte.

Im folgenden seien nur solche Rezepte wiedergegeben, welche die Eigenart der Frucht beibehalten oder doch die Feinheiten des Aromas zur Geltung bringen.

Orangen-Kompott. Vier bis sechs schöne Orangen werden geschält und in Scheiben geteilt, von denen man die Kerne entfernt; von einer Orange wird die Schale auf Zucker abgerieben und der Saft darüber ausgedrückt. Dann kocht man 300 Gr. Zucker in 4 Dezil. Weißwein, fügt den abgeriebenen Zucker und den Saft hinzu und läßt dies zu Sirupsdicke verkochen, danach kalt werden, worauf man es über die Orangenscheiben gießt.

Orangen-Marmelade. 1 Kilo Orangen entschält man, schneidet sie quer in feine Scheiben und gießt 3 Liter Wasser hinzu; die erhaltene Schale wird von dem weißen Pelz befreit (bei Mandarinen ist dieser oft so dünn, daß diese Arbeit nicht notwendig wird), fein gewiegt, mit 3 Kilo Zucker vermengt und etwa 2 Stunden stehen gelassen. Der Zucker wird dann dem Orangen- und Wassergemisch zugesetzt und das Ganze bei nicht zu starkem Feuer drei Stunden lang gekocht; es empfiehlt sich auch hier das Kochen nach dem ersten kräftigen Aufwallen im Wasserbade fortzusetzen. Zuletzt wird das Mus durch ein Sieb gegeben, um die Körner zurückzuhalten und in gut gereinigte Gläser gefüllt.

Orangen-Gelee. 1 Kilo Orangen werden geschält, die Hälfte der Schale nach dem Ablösen des Pelzes mit 1 Kilo Zucker abgerieben und dieser dann dem ausgepreßten Saft der Früchte zugemischt. Nachdem der Saft aufgekocht wurde, wird eine Lösung von 100 Gr. Gelatine in warmem Wein hinzugefügt. Der noch warme Saft muß nunmehr durch ein reines Leinentuch geseiht und direkt in die gut gereinigten Gläser eingefüllt werden.

Orangensaft gibt im Sommer, mit Wasser verdünnt, eine erfrischende Limonade. Man preßt die Orangen aus, nachdem man von dem dritten Teile derselben das Gelbe der Schalen äußerst fein abgeschält hatte, filtriert den Saft und stellt sein Gewicht fest. Nun wird ebensoviel Zucker geläutert und zu Sirup aufgekocht. Kurz vor dem Sieden hängt man die in einem Gazebeutelchen befindlichen Schalen hinein, damit der Zucker deren Aroma annimmt. Nunmehr wird der Saft zum Sirup gegeben und nochmals aufgekocht. Der Saft wird dann auf Flaschen gefüllt und verschlossen.

Der angenehme Frucht-Geschmack der Orangen kommt bei Bowlen und punschartigen Getränken recht zur Geltung.

Viel zu wenig verwertet werden die Orangenschalen, obwohl ihre Anwendung vermöge des darin enthaltenen, überaus aromatischen ätherischen Oeles eine recht mannigfache sein könnte.

Zunächst können die Orangenschalen die der Zitrone ersetzen, namentlich in Süßspeisen und Gebäck! Am besten ist es, man stellt sich für solche Zwecke einen Vorrat von Orangenschalenzucker her, entweder in der Weise, daß man die Schale mit Zucker abreibt oder daß man sie dünn von der Pelzschicht ablöst und im Mörser mit Zucker zusammenstößt, bis ein gleichmäßiges Pulver entstanden ist. Dieses wird dann in Gläser gegeben, welche nur lose mit einem Wattepfropfen geschlossen werden.

Am besten ist es, man bereite sich eine Grundessenz vor, die sich später nach Be-

lieben weiter verwenden läßt und zwar in der Weise, daß man die dünn abgelöste äußerste gelbe Schale in eine Flasche ziemlich fest bis obenan einpackt und dann ein Gemisch aus 3 Teilen Weingeist (95%) und 1 Teil Wasser aufgießt. Nach 8—10 Tagen filtriert man den Auszug ab und übergießt die Schalen ein zweites Mal mit verdünntem Weingeist, der aber schon nach fünf Tagen abfiltriert und von den Schalen abgepreßt werden kann. Er dient dann zum Ansetzen einer frischen Menge Schalen. Auf solche Weise ergibt sich zuletzt eine ziemlich starke Essenz, die Orangen-Essenz. Diese ist verwendbar z. B. zur Herstellung von Orangen-Likör und einem dem Eau de Cologne-ähnlichen Gemisch, das man durch Zugabe von 100 Gr. Essenz zu 100 Gr. verdünntem Weingeist und Zusetzen von 5 Tropfen Orangenblütenöl erhält. Für diesen Zweck eignet sich vorzüglich der aus Mandarinen-Schalen gewonnene Auszug. Als Parfüm für die Kleidung und Wäsche wird dieses Gemisch nicht anwendbar sein, weil in ihm außer dem Oel auch die übrigen Extraktiv- und Farbstoffe der Schale enthalten sind, welche Flecken, allerdings unbedeutende, hinterlassen würden. Dagegen mag der Auszug das Eau de Cologne in allen übrigen Fällen zu ersetzen, so nach dem Waschen zum Einreiben der Haut an den Händen und im Gesicht; namentlich Herren werden nach dem Rasieren die zusammenziehende Wirkung des Präparates schätzen lernen. Auch als Mundwasser auf die angefeuchtete Zahnbürste aufgeträufelt, wird sich eine angenehme Wirkung auf die Schleimhäute des Mundes und auf das Zahnfleisch bemerkbar machen, Gärungserreger, die sich immer in der Mundhöhle vorfinden und die Zahnfäulnis bewirken, werden dadurch zerstört. Als Mundwasser hat diese Zubereitung vor anderen den Vorzug des angenehmen Geschmacks, insbesondere für starke Raucher, wie es überhaupt Leuten, die aus dem Munde riechen, sehr zu empfehlen ist.

Zuletzt ist diese dem Kölnischen Wasser ähnliche Mischung zur Reinigung der Zimmerluft empfehlenswert. Sie wird nach vorausgehendem Lüften mit Hilfe eines Zerstäubers versprüht und erfüllt dann die Luft mit erfrischendem Wohlgeruch.

Die Grundessenz mit zwei Teilen Franzbranntwein vermischt, gibt ein vorzüglich wirkendes Mittel zur Stärkung der Kopfhaut und Pflege des Haares. Wer die austrocknende Wirkung des Franzbranntweins nicht liebt, mag einige Tropfen Glyzerin beimischen.

So läßt sich die Orange fast bis auf den letzten Rest im Haushalt verwenden; man benütze also die Gelegenheit, so lange sie sich bietet. Prakt. Wegweiser.

Haushalt.

Wenn **vernickelte Gegenstände** durch falsche Putz- und Reinigungsmethode den Glanz eingebüßt haben, ist ihr hübsches Aussehen, das eben durch diesen Glanz hervorgerufen wurde, dahin und die Hausfrau stellt bekümmert die unscheinbar gewordenen Sachen in einen Winkel. Solchen vernickelten Gegenständen kann man den Glanz vollständiger Neuheit wieder verleihen — vorausgesetzt, daß nicht etwa die Nickelschicht auf dem Metall verschwunden ist — wenn man sie genau 10 Minuten (aber nicht kürzere und nicht längere Zeit) in eine Lösung von 50 Teilen Alkohol und 1 Teil Schwefelsäure legt. Dann wäscht man die Sachen rasch mit kaltem Wasser ab, spült sie mit Alkohol und reibt sie mit weichen Tüchern blank. Man wird über den Erfolg erstaunt sein.

Thee als Reinigungsmittel für Teppiche. Das Trocknen und Zusammensparen von bereits gebrauchtem Thee, der als Reinigungsmittel für Teppiche gute Dienste leistet, wird hie und da versäumt. Für größere Flächen wird ein Pfund schon gebrauchter Thee wieder gebrüht und einige Zeit stehen gelassen, dann das Wasser weggeschüttet, und die aufgequollenen noch recht nassen Blätter gründlich auf dem Teppich hin und hergerieben, bis die Farben des letzteren wieder frischer und glänzender werden; dann wird der Thee abgebürstet. Wer über einen Garten oder Hof 2c. verfügt, läßt sich im Winter die Gelegenheit nicht entgehen, den Sopha- und Bettvorlagen ein frischeres Aussehen zu verleihen, als bei gewöhnlichem Klopfen und Bürsten möglich ist. Man legt die Teppiche mit der Oberseite auf den frischgefallenen Schnee, klopft tüchtig und wechselt den Ort so oft, bis der Schnee nicht mehr die deutlichen Spuren von Staub erhält. Dieses Verfahren sollte so oft als möglich wiederholt werden.

J. R.

Küche.

Kochrezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Durchgestrichene Linsensuppe. 1/2 Liter Linsen werden gelesen, gewaschen, in weichem Wasser mehrere Stunden gekocht, das Wasser dann abgeseiht und die Linsen durch ein feines Sieb gestrichen. Inzwischen röstet man etwas kleingeschnittenes Wurzelwerk in 50 Gr. Butter, gießt 2 Liter Fleischbrühe an, verkocht dieselbe 1/2 Stunde langsam mit dem Wurzelwerk, seiht sie durch, entfettet sie, verrührt sie mit dem Linsenbrei eine Zeitlang über dem Feuer. Dann würzt man die Suppe mit Salz, Pfeffer und einer Messerspitze geriebener Muskatnuß und richtet sie über gerösteten Semmelwürfeln an.

Frikassee von Huhn. Zeit 2 Stunden. 2 Hühner, 1 Liter Wasser, Suppengemüse, 100 Gramm Butter, weiße Grundsauce, Schwämme, Zitronensaft, Salz, 2 Eidotter. — Die Hühner werden tags zuvor getötet und ausgenommen. Vor der Verwendung zerlegt man sie in Viertel, salzt sie und läßt sie eine Stunde stehen. Aus den gut gereinigten Köpfen, Hälsen, Flügeln, Mägen und Herzen kocht man inzwischen eine kräftige Hühnerbrühe durch Zusetzen in das kalte Wasser. In der Butter dünstet man nun die Geflügelviertel in einer andern Kasserole langsam zugedeckt weich. Dann bereitet man eine weiße Grundsauce mit der Hühnerbrühe, legt Schwämme, nach Belieben zuletzt auch extra bereitete Marklößchen dazu, würzt mit Zitronensaft, bindet mit Ei und gießt die Sauce über die hübsch auf der Platte angerichteten Hühnerteile. (Rezept zu Marklößchen siehe Seite 4, Nr. 1, Jahrgang 1904.)

Nelson-Koteletten. Zeit 1 1/4 Stunden. 6 Hammelskoteletten, 250 Gr. Bratwurstfülle, 1/2 Zitrone, 20 Gr. geriebener Käse, 20 Gr. Butter, 2 Löffel saurer Rahm, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, 50 Gr. Fett. — Die Koteletten werden in bekannter Weise zugerichtet, geklopft und mit folgender Farce auf beiden Seiten bestrichen: Die Bratwurstfülle wird mit Zitronensaft, feingewiegten Zwiebeln und den übrigen Zutaten samt etwas Gewürz vermengt. Man streicht sie auf die Koteletten und brät diese unter fleißigem Begießen in Fett entweder in der Pfanne oder im Bratofen.

Aus „Gritli in der Küche."

Rindsbraten auf ungarische Art. Ein mürbe gehängtes Stück Fleisch von der Oberschale oder dem Rippenstück wird geklopft, reichlich gespickt, gesalzen, mit gestoßenen Nelken und etwas Paprika eingerieben und oben wie unten dick mit Mehl überstreut, worauf man es in eine Pfanne legt, mit reichlich heißer Butter übergießt und auf beiden Seiten schön braun brät. Ist dies geschehen, so nimmt man das Fleisch aus der Pfanne, tut es in ein Kasserol, schüttet Wasser und etwas Essig an, fügt zwei Zwiebeln und einige Stücke Zitronenschale bei und dünstet es vollends weich, um es mit der kurz eingekochten Sauce und Kraut oder Kraut-Strudel zu Tisch zu geben.

Kroketten aus Kartoffelresten. Auf 500 Gr. durch die Reibmaschine geriebene Kartoffelreste rechnet man 100 Gr. Butter, welche man mit 3 Eiern schaumig rührt. Dann giebt man die Masse zu den Kartoffeln und würzt den Teig mit Salz, etwas Muskatnuß und weißem Pfeffer. Aus dieser Masse formt man kleine Würstchen, die, in Ei und Reibbrot gewendet, in schwimmendem Fett gebacken werden. Allerliebst sehen aus demselben Teig geformte kleine Aepfel und Birnen aus. Sie werden mit Zwieback bestreut, mit einer Nelke statt der Blüte versehen und unten mit einem stärkeren Petersilienstiel. Man kann sie auch mit kleinen Hölzchen als Stiel bestecken und goldgelb backen.

Kastanienpüree als Gemüse. 1 Kilogramm roh geschälte, dann gebrühte und abgezogene Kastanien, werden in einem Kasserol mit heller, kräftiger Fleischbrühe langsam weichgedämpft und dann durch ein Sieb gestrichen; hierauf verrührt man den Brei noch eine Weile über dem Feuer mit etwas Rahm, Fleischbrühe, einem Stück Butter, Salz und einer Messerspitze weißem Pfeffer nebst einer Prise Zucker und garniert ihn dann mit gespickten und glasierten Koteletten, Fleisch-Kroketten oder Fricandeaux.

Nüsslisalat. Man wäscht den Salat sauber, schwenkt ihn gut aus, ohne ihn zu drücken, vermengt ihn mit Salz, Oel oder zerlassenem und ausgekühltem Speck und Essig, oder auch einer aus hartgekochten Eidottern, Oel, Salz, Essig und nach Belieben ein wenig Senf zusammengerührten Salatsauce und belegt den Salat mit frisch abgekochten, in 4—8 Teile zerschnittenen, harten Eiern. Sind die Pflanzen ziemlich hart, so macht man sie am besten mit Speck an, wodurch sie bedeutend zarter werden, oder man läßt sie 1—2 Tage im Keller stehen, bevor man sie verwendet, was sie gleichfalls weit milder macht.

Aepfelauflauf. Für 6 Personen 10 große gebratene Reinettenäpfel und 70—150 Gr. geschälte Mandeln, 125 Gr. Zucker, 4—8 Eier, Zitronenschale. Man höhle die gebratenen Aepfel mit einem Löffel aus und treibe das Mark durch ein Haarsieb. Die Eigelb rühre man samt dem Zucker während 20—25 Minuten, füge dann die durchgetriebenen Aepfel, die Zitronenschale und die geriebenen Mandeln bei; zuletzt menge man den fest geschlagenen Schnee der Eiweiß leicht darunter, fülle diese Masse in eine mit Butter bestrichene Form, deren Boden mit einem ebenfalls angestrichenen Papier belegt ist, streue nach Belieben gestoßenes Biscuit oder Zuckerbrot darauf und backe ihn langsam. Dieser Auflauf kann auch in einer bis an den Rand in Salz gestellten Porzellanschüssel gebacken werden. Basler Kochschule.

Gebackene Schneeballen. 1/4 Liter Milch, 70 Gr. Butter, 1 Eßlöffel Zucker und 1 Prise Salz werden zusammen zum Kochen gebracht, mit 250 Gr. feinem Mehl vermischt und zu einem steifen Brei abgerührt, der sich vom Gefäß ablösen muß und zum Auskühlen in eine Schüssel geschüttet wird. Man mengt nun 6—8 Eier darunter, schlägt die Masse tüchtig, formt mit einem Löffel kleine runde Bälle davon und bäckt sie in heißem Schmalz unter häufigem Umschütteln des Kasserols auf beiden Seiten goldbraun. Nachdem sie auf Löschpapier abgetropft sind, bestreut man sie mit Zucker, schneidet sie auch bisweilen an der Seite auf, füllt sie mit Frucht-Gelee oder Vanille-Creme, und bringt sie, bergartig auf einer Schüssel aufgeschichtet, warm zur Tafel.

Kinderpflege und -Erziehung.

Wie lange soll ich mein Neugeborenes austragen? Diese Frage hört man mit Recht sehr oft von den jungen Müttern. Früher hieß es im allgemeinen, ein Vierteljahr lang müssen die Kinder ausgetragen werden, und es gibt jetzt noch viele Frauen, die daran festhalten. Doch ich bin anderer Ansicht. Früher als man nicht die guten Wagen hatte, wo es in den Städten nur schlecht gepflasterte Straßen gab, da war es notwendig, das Kind einige Monate lang auszutragen, wenn man eine hiezu geeignete Person hatte. War dies nicht der Fall, so blieb man eben zu Hause; im Winter kamen die kleinen Kinder überhaupt nicht ins Freie. Aber bei der jetzigen technischen Vollendung der Kinderwagen kann man getrost nach vier Wochen schon ein neugeborenes Kindchen in den Wagen legen. Es schadet ihm sicher nicht, wenn richtig gefahren wird, im Gegenteil, das Kind ist viel besser geschützt, nicht nur vor Unfall, sondern auch vor Kälte und Staub, und vor zu grellem Sonnenlicht; man kann es auch gut einpacken, ohne daß es belästigt wird. Man bedenke, wie leicht eine Pflegerin auch einmal über etwas stolpern kann, wenn Sie wegen des Schirms 2c. ein paar Meter weit nicht vor sich hinsieht. Man vergesse nicht, daß eine Pflegerin auch müde wird in den Armen, und daß es nicht leicht ist, stundenlang so ein Kindchen, namentlich im Winter, herum zu tragen. Gelegenheit zum absitzen bietet sich nicht, wenns kalt ist. Wenn die Mütter solche Ausgänge machen müßten, der Wagen würde sicherlich bald hervorgeholt, gleichviel wie alt das Kind wäre.

Wenn Kinder mit einem Kleinen ausfahren müssen, ist die Sache schon schwieriger, da sie oft mit dem Vehikel und seinem Inhalt über Stock und Stein springen.

Darum, Ihr werten Frauen, legt nur ruhig das Kindchen in den Wagen und geht womöglich selber mit. Ihr und eure kleinen Lieblinge werdet dabei gedeihen; geht nur recht der Sonne nach und vom Staube und den vielen Menschen weg!

Bei dieser Gelegenheit möchte ich den Frauen noch den Rat erteilen: nehmt keine mit Federn gefüllten Tragkissen, auch keine sogenannten Umlegkissen; dieselben sind unpraktisch, weil schnell zu klein und dann wird das Kindchen zu früh ohne Kissen herumgetragen. Wählt also ein festes und langes Roßhaarkissen ohne Umschlag, das man möglichst lange verwenden kann.

Frau Barbara.

Gartenbau.

Von ganz besonderem Wert für die im Keller überwinternden **Blumenpflanzen** ist es, wenn sie während schöner, frostfreier Tage einmal aus dem Winterquartier heraus in das Freie gebracht werden können und ihre Blätter bei dieser Gelegenheit mit lauem Wasser und einem Schwamm abgewaschen werden. Nicht zu verwechseln ist diese Maßnahme mit dem Hinausstellen der Zimmerpflanzen in den Regen. Da die Zimmerpflanzen in der Vegetation sich befinden, schadet ihnen die durch den Regen hervorgerufene Bodenfeuchtigkeit nicht. Sie verbrauchen das Wasser und andererseits nimmt die warme Zimmerluft den Ueberschuß an Feuchtigkeit schnell weg. Während den Zimmerpflanzen das Abregnen vorteilhaft ist, schadet es den Ueberwinterungspflanzen, denn die Feuchtigkeit wird von ihnen nicht verbraucht und verdirbt den Boden.

Frage-Ecke.

Antworten.

99. Einen sehr guten **Salat** bereitet man aus den feingeschnittenen, handgroßen, braunen Blättern des blauen und grünen Federkohls. Derselbe ist ja besonders im Winter gut erhältlich und billig. Abonnentin.

1. Auf Ihre Frage betreffend das **Bettnässen,** möchte ich Ihnen aus eigener Erfahrung einige gute Winke geben. Von einem 2½jährigen Kinde kann man noch nicht verlangen, daß es des Nachts ruft; es kann wohl vorkommen, daß es aufwacht, doch haben sie gewöhnlich einen festen Schlaf; auch kann das Kind schwach im Unterleibe sein. Das beste, was Sie tun können, ist: nach abends 5 Uhr kein Getränk mehr zu verabreichen, nur noch feste Speisen. Bevor das Kind zu Bett kommt, lassen Sie das Töpfchen funktionieren; nach zwei Stunden, d. h. wenn Sie vielleicht zu Bette geben, nehmen Sie es auf — wenn es auch schläft, es macht nichts, es wird bald wieder weiter schlafen. Dann um 12 Uhr oder etwas darüber, wie Sie aufwachen, nehmen Sie das Kind nochmals auf, dann wird nichts Schlimmes passieren bis am Morgen.

Ich habe vieles versucht, und nur dieses Mittel half. Eines meiner Kinder ist schon 10 Jahre alt, und ich muß jetzt noch öfters des Nachts

seinetwegen aufstehen und darf auch abends vor dem zu Bette gehen nie vergessen, es aufzunehmen. Des Morgens weiß es gewöhnlich nichts davon, da es immer weiter schläft.

Ich wünsche sehr, daß dies Mittel bei Ihrem Knaben auch helfen möge. Aber aufstehen müssen Sie — anders gehts nicht. Im Sommer sind nicht zu kalte See- oder Flußbäder sehr zu empfehlen. J. B.

2. An Ihrer Stelle würde ich lieber noch länger warten und mir dann einen „rechten" **Selbstkocher** von Susanna Müller kaufen. Die selber fabrizierten riechen bald schlecht, da das Füllmaterial die Gerüche der Speisen annimmt. Immerhin, wenn sie nur Hafersuppe bereiten müssen, wird der Umstand nicht so schwer ins Gewicht fallen. Nehmen Sie einen Korb oder eine Kiste, die Sie gut mit Heu, Holzwolle oder sonstigen schlechten Wärmeleitern ausstopfen und nur so viel Raum lassen, daß das Kochgeschirr Platz hat. Wenn Sie den Deckel auch noch gut ausfüttern, oder ein Kissen oder dergleichen auflegen, so haben Sie so ziemlich alles getan, was Private in der Selbstkocherfabrikation erreichen können! Abonnentin.

3. Direkt und genau beantworten läßt sich Ihre Frage nicht. Einmal ist der **Gasverbrauch** bei den verschiedenen Systemen der Gasapparate verschieden; dann schwankt auch der Gaspreis in den diversen Städten der Schweiz. Basel hat das billigste Gas. Hier in Zürich bezahlen wir für Gas zu Koch- und andern technischen Zwecken 17½ Cts. pro Kubikmeter. Wir sind unser vier Personen, leben ungefähr so, wie Sie angeben und verwenden monatlich noch Gas für 3—4 Bäder. Dann habe ich einen Selbstkocher, der täglich im Gebrauch ist. Der Durchschnitt unserer Gasrechnung ist per Monat 8 Fr. Dann ist aber Früchte-Einkochen und Butter-Einsieden auch inbegriffen. Im Winter benützen wir einen Zimmerofen, um Wasser heiß zu machen. Man kann durch vorsichtigen Gebrauch allerdings monatlich 2—3 Fr. an Gas ersparen, was mir bei Mägdewechsel am besten zum Bewußtsein kam.

Zürcherin.

Fragen.

4. Finden es die werten Leserinnen vorteilhaft, alte **Wollkleider,** Wollstoffe 2c. die nicht mehr verwendbar sind, zu „neuen" Stoffen umarbeiten zu lassen? Ich höre oft, es sei absolut kein Vorteil dabei, es komme fast so teuer, als wie wenn man solche aus dem Laden beziehe. Wer hat schon Erfahrungen auf diesem Gebiete gemacht? Gibt es in der Schweiz auch Fabriken, wo die alten Wollsachen umgearbeitet werden? Ich wäre sehr dankbar für genauen Aufschluß.

Sparsame.

5. Wir sind immer nicht einig wegen dem **Haushaltungsbuch** — mein Mann und ich! Ich behaupte, ich spare an allen Ecken und Enden und gebe sicher nichts unnütz aus, sehe also nicht ein, warum ich, was doch schon ausgegeben ist, noch extra aufschreiben soll. Mein Mann, als Buchhalter in einem Geschäft, will aber partout, daß ich eins führe, obschon er mir nie vorwirft, ich brauche zu viel. Ich lege die Angelegenheit nun den werten Hausfrauen vor und bitte, mir zu sagen, was sie darüber denken.

Frau Anna.

Haus- u. Küchengeräte

emaillirt, verzinnt, poliert,
Spezialität: feuerfeste Geschirre.
Emaillirte Schilder jeder Art,
Molkereigeschirre, verzinnt,
Alles in vorzüglichster Ausführung
liefert zu billigsten Preisen prompt die
Metallwaren-Fabrik Zug A.-G.
Stanz- und Emaillirwerke, Verzinnerei.
Zu beziehen in allen Geschäften für Haushaltungsartikel.
Höchste Auszeichnungen an ersten Ausstellungen.

Drucksachen
jeder Art liefert prompt und billig die Buchdruckerei
W. Coradi-Maag, Zürich

Urner-Museums-Lose
Ziehung 28. Januar
sind noch erhältlich à 1 Fr. durch das „Bureau für Urner-Museums-Lose (E. Blatter), Altdorf, Uri. 1761 Treffer: Erster Fr. 10,000, letzter Fr. 5. Ziehungsliste 20 Cts.