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

Band: 12 (1905)

Heft: 6

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: 20.08.2025

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.

№ 6. XII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 25. März 1905.

Vergebens sucht der Mensch des Glückes Quelle
Weit außer sich in wilder Lust;
In sich trägt er den Himmel und die Hölle
Und seinen Richter in der Brust.

Bepflanzung der Balkone.

(Zugleich Beantwortung der Frage 15.)

(Nachdruck verboten.)

Mit Genugtuung kann man beobachten, daß man in den letzten Jahren sich wieder mehr bemüht, die Eintönigkeit der Architektur der Häuserfassaden durch die Anbringung von Balkonen zu beleben; auch als Bewohner wissen wir dieselben zu schätzen, denn sie bieten uns ein hübsches Plätzchen, wo wir uns abends gerne aufhalten, namentlich wenn uns der Besitz eines Gärtchens mit einem geschützten Plätzchen oder einer Geißblattlaube mangelt. Viel angenehmer ist's aber noch, wenn dieses Plätzchen mit blühenden, duftenden Pflanzen umrankt ist; auch gewinnt der Anblick des Hauses dadurch ungemein. Selbst das einfachste Haus erscheint viel freundlicher und reicher, wenn die toten Farben des Mauerwerks durch freudiges Grün und die leuchtenden Farben der Blumen unterbrochen werden.

Da diese Balkone aber oft dem Winde und den heißen Sonnenstrahlen ausgesetzt sind, ist es nicht so leicht, die Pflanzen zu üppiger Entwicklung zu bringen. In den Töpfen trocknet die Erde zu schnell aus; man verwendet deshalb am besten Kistchen aus nicht zu dünnem Holz an Stelle derselben. Diese dürfen ja nicht zu klein sein, ungefähr 30 Cm. hoch, 20—25 Cm. breit; die Länge hängt von der Größe des Balkons ab. Im Boden bringt man auf 10 Cm. Abstand Löcher von 2 Cm. Durchmesser an und nagelt Leistchen unter denselben, damit die Luft Zutritt hat und das überflüssige Wasser abfließen kann. Ein Farbenanstrich macht das Gefäß haltbarer und gefälliger; helle Farben sind dunkleren vorzuziehen, da die letzteren die Wärme aufnehmen und dadurch das Wasser der Erde schneller zur Verdunstung gebracht wird. Zu unterst in das Kistchen legt man einen guten „Abzug", d. h. eine Lage Topfscherben oder dergleichen, dann füllt man es mit einer kräftigen Erde, am besten mit einer Mischung von guter Gartenerde und Kompost. Sehr empfehlenswert ist, nach der

Anpflanzung auf die Erde eine Schicht verrotteten Torfmist, der bei jedem Gärtner erhältlich ist, zu bringen; er schützt die Erde vor dem zu raschen Austrocknen und düngt zugleich.

Hat man nun alles gut vorbereitet, so ist die Auswahl der geeigneten Pflanzen von großer Wichtigkeit. In den meisten Fällen wünscht man rasch wachsende, rankende und herabhängende Pflanzen. Von diesen sind die empfehlenswertesten die Glockenrebe (Cobaea scandens), der japanische Hopfen, die Glockenwinde (Ipomœa purpurea), die wohlriechende Wicke, die Kapuzinerkresse, Mina lobata, Maurandia, Zierkürbisse. Alle diese Pflanzen kann sich eine etwas erfahrene Blumenfreundin alljährlich aus Samen selbst ziehen. Man legt im Monat März je ein paar Samenkörner in einen mit leichter Erde gefüllten kleinen Topf, stellt ihn anfangs in die warme Stube und wenn die Pflänzchen sich zeigen, zwischen die Fenster. Im Mai, wenn keine Fröste mehr zu befürchten sind, nimmt man sie vorsichtig aus dem Topf und pflanzt sie, ohne den Wurzelballen zu zerstören, in die Kistchen. Die Samen obgenannter Pflanzen sind in den Samenhandlungen zu haben; nach besten Erfahrungen kann ich die Firma Gottfried Landolt, Zürich-Unterstraß, empfehlen.

Die Schlingpflanzen haben hauptsächlich den Zweck, zu decken, zu verkleiden; zur Belebung pflanzt man zwischen und vor dieselben Blütenpflanzen von leuchtender Farbe. Von diesen eignen sich am besten die Epheugeranien und die gewöhnlichen, einfach blühenden Geranien, Fuchsien, Heliotrop, Petunien, Verbenen, Salvien, an nicht zu heißen Stellen Nelken, sowie auch verschiedene sogenannte Sommerflorpflanzen, wie Löwenmaul, Hahnenkamm, Phlox, Portulak, Astern, Levkojen. Auch diese letzteren können ohne allzu große Mühe im Zimmer herangezogen werden.

Ich möchte noch davor warnen, zu vielerlei durcheinander zu pflanzen, lieber von einer Sorte mehrere Pflanzen, als von vielen Sorten je nur ein Pflänzchen. Nur auf diese Weise erzielen wir eine Farbenwirkung.

Die Pflege ist ziemlich einfach. Man achtet darauf, daß immer zur richtigen Zeit begossen wird, gibt alle 14 Tage einen Dungguß mit aufgelöstem Nährsalz, bindet von Zeit zu Zeit einen Teil der Ranken am Geländer des Balkon oder an in die Höhe gezogenen Drähten an, etwa die Hälfte derselben läßt man aber frei herunterhängen, wodurch der Balkon sehr an malerischem Reiz gewinnt. H. H.

Ein Freund der Kranken.

Wir haben schon in einem früheren Jahrgang des „Ratgeber" (1902, Nr. 22) und im „Frauenheim" Nr. 10, Jahrgang 1904) auf das Krankenhebebett von Frl. de Pury, Rotwandstraße 40, Zürich, hingewiesen. Die verschiedenen Vorzüge des so außerordentlich praktischen Apparates sind in jenen Blättern angeführt worden. Die Erfinderin macht nun die Mitteilung, daß zwei solche Betten stetsfort armen Kranken unentgeltlich zur Benutzung überlassen werden. Für die Anschaffung eines dritten Freibetts sind auch schon eine Anzahl Beiträge zu verzeichnen. Das erste Bett, das infolge freiwilliger Gaben von edlen Menschenfreunden angefertigt werden konnte, wird von einer Patientin benutzt, die seit 17 Jahren an einem sehr schmerzhaften Nervenleiden mit Lähmung darniederliegt und deren Zustand sich fortwährend verschlimmert.

Ueber die Benutzung des zweiten Bettes geben die zwei ersten der nachstehenden Zeugnisse Aufschluß; diese zeigen auch aufs neue, was der Apparat in gewissen schweren Krankheitsfällen leisten kann.

Zürich III, Mai 1904.

„Das von Frl. de Pury erfundene Krankenbett gebrauchte mein zwanzigjähriger Sohn ca. drei Monate lang, in welcher Zeit er gliederleidend war.

Dasselbe verschaffte dem Patienten sowohl, als seiner Umgebung große Erleichterung, denn während früher zwei Personen, oft mit Beiziehung einer dritten, den Kranken in ein anderes Bett heben mußten, wobei er stets große Schmerzen litt, so besorgte

es nachher mittelst des Hebe-Apparates am Krankenbett eine einzige Person.

Lüften, Reinigen der Bettstücke 2c. ließ sich nun leicht und ohne Beschwerde für den Kranken ausführen, und ersparte dasselbe viel Mühe und Zeit. Das bereits sich zeigende Wundliegen konnte in kurzer Zeit gehoben werden.

Dieses Bett wird, besonders bei Gicht, Lähmungen und ähnlichen Leiden, große Dienste leisten und kann ich es daher auf's wärmste empfehlen.

sig. Heinrich Weber."

* * *

„Dietikon, den 16. August 1904.

Ihrem Wunsche gemäß bezeuge ich gerne, daß in dem völlig hiflosen Zustande meines Sohnes, der an Knochenerweichung leidet, so daß man ihn nicht hin und her tragen durfte vor Angst, ihm zu schaden, das Bett uns gar gute Dienste leistet und für mich auch eine Zeitersparnis ist, was mit all meiner andern Arbeit gar wichtig ist. Deshalb bin ich den geehrten Gebern sehr dankbar für ihre Opfer, die es uns möglich machten, das Bett zu bekommen.

sig. Frau Witwe Wiederkehr."

* * *

„Zürich, den 13. August 1904.

Die städt. Pfrundanstalt St. Leonhard, Zürich I, hat im letzten Frühling von Fräulein C. de Pury ein Krankenbett mit Hebevorrichtung für unsere Krankensäle bezogen, welches Bett nun fortwährend gebraucht wird. Es freut die Verwaltung, bestätigen zu können, daß das Bett vorzügliche Dienste leistet, sowohl zur Erleichterung der Patienten, als auch der dienenden Krankenschwestern. Es schafft die Möglichkeit, den Patienten zu jeder Stunde ohne Anstrengung oder Schmerzen in die Höhe zu heben; es erleichtert dadurch jegliche Art von Reinigung und bedingt einen viel geringeren Linge- und Wäschegebrauch. So bereitet es dem Patienten eine große Wohltat, fördert eine rationelle hygienisch-reinliche Krankenpflege und gewährt dem Wartepersonal zahlreiche Vorteile. Unsere Erfahrungen sind deshalb sehr günstig und wir können Spitälern, Altersasylen und ähnlichen Anstalten die Anschaffung und Verwendung eines solchen Krankenbettes aufs beste anraten und empfehlen.

Die Verwaltung
der städt. Pfrundanstalt St. Leonhard:
sig. Pfr. Ed. Thomann, Verwalter."

Wer im Leserkreis dieses Blattes geneigt wäre, im Interesse armer Mitmenschen, denen durch die unentgeltliche Benutzung eines Hebebettes eine große Wohltat erwiesen werden könnte, einen Beitrag an das dritte Bett zu leisten, wird gebeten, solchen an die Adresse von Frl. de Pury zu senden. Sollte jemand auch Kenntnis erhalten von einem Krankheitsfall, wo das Bett gute Dienste leisten könnte, so bittet die Erfinderin um Angabe der Adresse, damit sie sich mit den Betreffenden in Verbindung setzen kann. Sie wäre auf Wunsch auch geneigt, Vermittlern von Miete oder Verkauf eines solchen Bettes, sei es an Privatpersonen, Krankenmobilienmagazine, Kliniken, Spitäler 2c. eine angemessene Provision zu zahlen. Da der Miet- wie der Kaufspreis für diesen Apparat niedriger ist, als für andere ähnliche Vorrichtungen, die nicht so verschiedenen Krankheitsfällen Rechnung tragen, können solche gütige Vermittler überzeugt sein, daß sie den Kranken anerkennenswerte Dienste leisten.

Die Einführung der Kartoffel in Europa.

(Nachdruck verboten.)

Im Jahre 1553 wurde in Sevilla zum ersten Mal die Kartoffel erwähnt und zwar in einer von Peter Cala verfaßten Chronik. Die weltumsegelnden Spanier brachten die mehlige Knollenfrucht aus dem Goldlande Peru früher nach Europa, als sie der englische Sklavenhändler John Hevkins (1565) der englischen Regierung beschrieb.

Die Spanier benutzten die Kartoffel als selbständige Speise und nannten sie Patake. Von den Spaniern erhielten sie die Italiener, die ihr wegen der Aehnlichkeit mit den Trüffeln den Namen Tartuffilin gaben, aus welchem sich unser heute noch gebräuchliches Wort Kartoffel gebildet hat.

Im Jahre 1588 kam sie nach England, Ende des 16. Jahrhunderts nach den Niederlanden, 1615 nach Irland. In Frankreich fand sie schwer Eingang, obwohl sie der König selbst als Delikatesse empfahl. Erst Ludwig XVI. und seiner Gemahlin Marie Antoinette war es vorbehalten, die Kartoffel in Frankreich populär zu machen. In Deutschland begann der Kartoffelbau bald nach dem westphälischen Frieden (1650) zuerst im Voigtland, in Mecklenburg (1708), in Württemberg (1710), in Sachsen (1717) und im Jahre 1764 befahl Friedrich II. geradezu den Kartoffelbau in seinen Landen. Schon im Jahre 1763 mußten die schlesischen Kammern scharf darauf achten, daß die Bauern Kartoffeln pflanzten. Heute gilt die Kartoffel als das wertvollste Geschenk, das die neue Welt der alten gemacht hat. L. M.

Die Wollwäsche.

(Aus „Die Kunst und Feinwäscherei")

Zum Waschen wollener Stoffe ist am besten eine mit Borax versetzte warme Seifenlösung zu benützen; dieselbe gibt den Gegenständen eine Lockerheit und blendende Weiße, die sie neu kaum besaßen.

Bei guten Wollsachen trennt man weiße und bunte, bereitet zu letzteren eine Lauge aus etwa 3 Liter Regen- oder weichem Wasser und 65 Gr. gelber, weicher Oleïnseife; dieses Verhältnis ändert man je nach Umständen und je nachdem die Sachen mehr oder weniger schmutzig sind.

Diese über Feuer aufgelöste und gehörig durchgerührte Lauge verteilt man gleichmäßig in zwei Teile und nimmt zu der einen auf je 1 Liter Lauge einen kleinen Teelöffel Salmiakgeist.

Wenn man die Wollsachen hineinbringt, immer nur 2—3 Paar Strümpfe oder eine dementsprechende Menge anderer Stoffe auf einmal, so muß die Lauge gut warm sein. Man bearbeitet nun die Gegenstände am besten mit einem hölzernen Löffel, wobei man sie häufig wendet.

Sie werden dann möglichst ausgedrückt und danach in der zweiten Lauge — ohne Salmiakgeistzusatz — bearbeitet, die sich indes schon so weit abgekühlt haben muß, daß man alsdann die Gegenstände fest ausdrücken kann, wobei aber niemals die drehende Bewegung des Ausringens stattfinden darf.

Nun werden die Stücke zum besseren Trockenwerden durch 3—4 weiche, trockene Handtücher gedrückt, bis sie fast keine Feuchtigkeit abgeben. Darnach zieht man jeden Gegenstand in die Form, welche er haben soll; Unterjacken z. B. dehnt man in die Weite, noch mehr ist dies bei Aermeln nötig, die gerne lang und eng werden.

Beim Aufhängen auf die Leine berücksichtigt man die Form genau, z. B. dürfen Jacken nur der Quere nach, also Halsausschnitt rechter Hand, unterer Rand links aufgehängt werden.

Bei weißer Wollwäsche setzt man statt Salmiakgeist zu je 1 Liter Seifenlauge einen Teelöffel gepulverten Borax zu und verfährt sonst wie angegeben.

Sollte man die zweite Lauge beim Gebrauche noch zu seifig finden, so verdünnt man sie mit etwas heißem Wasser.

Sehr wichtig ist es, daß die Lauge, in welcher die Wollsachen gewaschen werden, stets warm gemacht wird, wobei man dann die zweite zur ersten nimmt und die erste durch frische ersetzt.

Uebrigens kann selbst ganz schwärzlich gewordene Lauge später noch einmal ausgenützt werden, indem man den Schmutz sich setzen läßt, dann die Lauge vorsichtig abgießt und darin grobe, bunte Wäsche vorwäscht.

Soll das Einlaufen gänzlich vermieden werden, so muß das schnellste Trocknen bei Wollsachen vorbereitet werden, indem man sie wiederholt zwischen weichen Drelltüchern trocken drückt.

In keinem Falle dürfen wollene Waren in der Sonne trocknen, sonst werden sie dicht und hart, sondern am besten in mäßigem Luftzuge; im Winter in warmen Räumen, dem Ofen nicht allzu nahe.

Sehr gut eignet sich zum Waschen wollener wie auch halbwollener Waren eine

Abkochung von Seifenwurzel oder der Quillajarinde (auch unter dem Namen Panamarinde bekannt), weil dieselbe die zartesten Farben, sei es auf welchem Stoffe immer, vollkommen intakt läßt.

Flanelle wäscht man in Wasser, welches nicht über 50° C. warm ist, nachdem man früher in lauwarmem Seifenwasser die Stücke über Nacht hat stehen lassen. Ein Zusatz von Borax statt der gewöhnlichen Kristallsoda unterstützt den Reinigungsprozeß.

Eine sehr vorteilhafte Methode zum Waschen weißer Wollsachen ist die folgende: Man macht aus fein geriebener Kreide einen dicken Brei, wäscht darin die wollenen Gegenstände unter Zusatz von Wasser und läßt sie noch einige Zeit in dieser Flüssigkeit liegen. Die Kreide saugt alle schmutzigen und fetten Körper aus der Wolle auf; alsdann spült man die wollenen Stoffe noch einige Male mit Wasser nach und dieselben sehen dann wie neu aus.

Nachdem der gröbste Schmutz aus dem Zeug ausgewaschen, wird dasselbe mehrmals in warmem Wasser durchgenommen, schließlich in eine warme Brühe gebracht, welche auf je 1 Liter Flüssigkeit 1 Löffel Weizenmehl (oder auch blos Weizenkleie) enthält und man wäscht hierauf in gleicher Weise wie vorerwähnt aus. Zuletzt geschieht das Waschen mit kaltem Regenwasser.

Nicht gar zu schmutzige Flanellsachen lassen sich bereits durch Behandeln mit einer lauwarmen Seifenlösung, welcher man außer Borax noch etwas Salmiakgeist zugesetzt hat, reinigen oder aber man wäscht sie einfach in einer Abkochung von Seifenwurzel.

Haushalt.

Federnwäsche. Um getragenen weißen Federn ihre frühere Weiße zurückzugeben, unterwirft man sie einem Reinigungsprozesse in folgender Weise: Man bereitet sich ein Bad von weißer Seife, im Verhältnisse von 30 Gr. Seife zu 500 Gr. Wasser, welches man auf 35° C. erwärmt, taucht die Federn hinein, faßt sie sodann mit der linken Hand am Stiele und streicht behutsam mit Daumen und Zeigefinger der rechten Hand an ihnen herunter. Dann steckt man sie in frisches Wasser, spült sie sorgfältig ab und stärkt sie, indem man sie in etwas Wasser taucht, worin man einen Eßlöffel Reisstärke aufgelöst hat, die mit ein wenig Methylviolett gefärbt wird. Nachdem die Federn gestärkt sind, werden sie auf ein reines Leinentuch gelegt und müssen im Sommer in der Sonne, im Winter in der Nähe des Feuers trocknen. Ehe sie noch völlig trocken sind, nimmt man die Federn zwischen die Hände und reibt sie so lange, bis sie ihr früheres Aussehen wieder erlangt haben.

Kupfer zu putzen. Um Kupfer rasch und gut zu putzen, befeuchte man einen weichen Lappen mit Salmiak, tauche ihn in Wiener Kalk und reibe mit dieser Mischung die Geräte tüchtig ab. Mit einem trockenen Tuche nachgerieben, werden sie blitzblank und halten sich lange glänzend.

Lackwaren zu reinigen. Die beliebten chinesischen Lackwaren, wie Tablette, Brotkörbchen 2c., reinigt man am besten, wenn man sie nicht abwäscht, sondern mit einem feinen Wollläppchen und einem Tropfen Salatöl abreibt. Auf diese Weise behandelt, werden sie sehr rein und behalten ihr neues Aussehen.

Kuchen aufzubacken. Alter Kuchen, Blätterteig, Zwieback, weißes Brot und dergleichen schmecken wieder frisch, wenn man sie zehn Minuten lang in einem recht heißen Backofen nachbacken läßt. Man tut dies kurz vor dem Gebrauch, läßt das Gebäck abkühlen und serviert es dann sofort. Man frischt nicht mehr auf einmal auf, als man brauchen will, denn mit demselben Gebäck läßt sich dies Verfahren nicht wiederholen.

Küche.

Kochrezepte.

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

Zwiebelsuppe. Man schält 6—8 kleine weiße Zwiebeln, schneidet sie in dünne Scheiben, röstet dieselben in Butter über gelindem Feuer gelblich, läßt einige Löffel Mehl mit durchschwitzen, gießt 2—3 Liter Fleischbrühe oder Brühe von Wasser und Wurzelwerk an, verkocht dieselbe unter häufigem Umrühren zu einer sämigen Suppe, streicht sie durch ein Sieb, würzt sie mit Salz und einer Prise weißem Pfeffer, legiert sie nach Belieben noch mit zwei in Milch zerquirlten Eidottern und richtet sie über gerösteten Semmelwürfeln an.

Tauben mit Spargel. Ein großes Stück frische Butter wird in einem Kasserol siedend gemacht, mit 2—3 Löffeln Mehl zu einer hellen Mehlschwitze verrührt und mit 1/2—3/4 Liter kräftiger Fleischbrühe gehörig verkocht, worauf man 2—3 gut gesäuberte Tauben in die Brühe legt und halbweich dämpfen läßt. Inzwischen kocht man 500 Gr. geputzten, in 3—4 Centimeter lange

Stücke geschnittenen Spargel in Salzwasser einige Male auf, aber auch nicht völlig weich, nimmt ihn mit dem Schaumlöffel heraus, legt ihn zu den Tauben, dämpft ihn mit denselben vollends gar, zieht die Sauce mit 1—2 Eidottern und etwas Zitronensaft ab und richtet alles zierlich auf einer Schüssel an.

Stockfisch mit Petersilie. Der gewässerte, ausgegrätete und gargekochte Fisch wird auf einem Sieb abgetropft; dann zerläßt man je nach der Menge des Fisches 100—125 Gr. frische Butter, schwitzt einige gehackte Schalotten, einige Löffel gehackte Petersilie, zwei Löffel Essig und eine Prise weißen Pfeffer damit durch, tut den Fisch hinzu, salzt ihn, schwenkt ihn einige Minuten in der Butter und garniert ihn beim Anrichten mit kleinen, ebenfalls in Butter mit Petersilie geschwenkten Salzkartoffeln, während man Senf nebenbei serviert.

Gitzi-Ragout. Die Schulterstücke, Hals, Brust, Leber und Nieren werden in hübsche Stücke zerteilt, in reichlicher Butter mit Scheiben von Zwiebeln und Wurzelwerk, sowie dem nötigen Salz halb gargedämpft, mit Mehl bestäubt und mit 1/2 Liter kräftiger Fleischbrühe, sowie 1/4 Liter fettem sauren Rahm oder Milch übergossen, mit einer Messerspitze Paprika gewürzt und unter häufigem Umrühren vollends weich gedünstet. Beim Anrichten gibt man die dickliche, entfettete und durchgeseihte Sauce über das Fleisch.

Hammelrücken. Zeit 1 1/2 Stunden. 1 Kilo vom Rücken, 100 Gr. Speck, 50 Gr. Schinken, 1 Kalbsfuß, 2 Zwiebeln, 2 Karotten, Lorbeerblatt, Gewürz, Salz, 1/2 Liter Fleischbrühe. — Das gelagerte Fleisch wird zurechtgehauen und enthäutet, die Rippchen bis über die Hälfte hinab ausgelöst und das Bauchfleisch nach innen aufgerollt und gebunden oder mit Holzspießchen befestigt. In die Deckelbratpfanne legt man Speckscheiben, Schinkenabfälle und die Bratengemüse, gibt den Rücken darauf, legt den Kalbsfuß daneben und gießt die Flüssigkeit warm darüber, deckt gut zu und schmort 40—50 Minuten unter öfterem Begießen. Dann bringt man den Rücken auf einer länglichen Platte in den etwas abgekühlten Bratofen, bestreicht ihn mit Fleischglace, garniert mit geschmorten Kartöffelchen und serviert die durchgeseihte Sauce extra. Aus „Gritli in der Küche".

Rosenkohl. Ein schätzenswertes Gemüse liefert im Frühjahr das Mark der Rosenkohlpflanzen. Wenn man beim Abräumen der Beete die festen Stämme kaum handbreit über der Wurzel abschneidet und oben von den Blättern befreit, halten sie sich im Keller längere Zeit bis zur Verwendung. Dann schält man die Rinde sauber ab und entfernt alle feinen Holzfasern, die das Mark umgeben, welches in kleine Stengelchen geschnitten und in Salzwasser weichgekocht wird. Das richtige, reife Mark ist hellgrün, fast weißlich. Zuletzt macht man eine dünne Buttersauce und kocht die Stengel noch einigemal darin auf. — Sehr reichtragende Rosenkohlarten, die hohe Stämme und gutes Mark haben, sind: hoher Aigburth und Marché de Paris.

Pirog von Kartoffeln. Zu 1 Kilogramm gekochter, recht mehliger, durch ein Sieb geriebener Kartoffeln, nimmt man 500 Gr. Mehl, 3 Löffel Hefe, 4 Eier, eine Obertasse voll geklärter Butter und etwas Salz, mengt alles gut durch einander, läßt den Teig etwas aufgehen, rollt ihn zu zwei runden Kuchen aus, bestreicht den einen derselben mit Fleischfarce, legt den andern darüber, läßt den Pirog nochmals gehen, überpinselt ihn mit Ei, bestreut ihn mit gestoßenem Zwieback und bäckt ihn braun.

Schokolade-Glace. Man löst 250 Gr. feine Vanillenschokolade mit 125 Gr. Zucker und ein wenig Milch über dem Feuer zu einem dicken, glatten Brei auf, läßt denselben unter beständigem Umrühren auskühlen, vermischt ihn mit 1 Liter zu steifem Schaum geschlagenem Rahm; füllt alles in eine Form und läßt die Masse im Eis eingegraben gefrieren.

Nudelkuchen mit Vanillesauce. Man verfertigt aus 3 Eiern auf gewöhnliche Art ziemlich feingeschnittene Nudeln, kocht sie in siedender Milch gar und schüttet sie auf ein Sieb zum abtropfen; dann rührt man 200 Gr. Butter zu Schaum, mischt 4 ganze Eier, 4 Eidotter, 125 Gr. gereinigte und wieder getrocknete Korinthen, eine Prise Salz, 90 Gr. Zucker und ein wenig gestoßene Vanille hinzu, vermengt die Masse mit den Nudeln, zieht den steifen Schnee von vier Eiweißen darunter, füllt die Masse in eine gebutterte Form, deren Boden man mit butterbestrichenem Papier belegt hat, und bäckt den Kuchen 1 1/2 Stunden bei mäßiger Hitze. Beim Anrichten stürzt man ihn auf eine Schüssel und gibt eine Vanillensauce mit Rahm dazu.

Pomeranzen-Marmelade. Man schält die Früchte sehr dünn ab und schneidet die Schale in schmale Streifchen, gießt wenig Wasser darauf, kocht sie weich und läßt sie gut ablaufen. Hierauf zerteilt man die Früchte selbst in Viertel, beseitigt die weiße Haut, die Kerne und die Fasern, tut das ausgeschabte Mark nebst dem Saft und der weichgekochten Schale mit soviel Zucker, als die ganzen Früchten gewogen hatten, in ein Kasserol, gießt das Wasser, in dem man die Schalen weichgekocht, hinzu, kocht alles langsam unter beständigem Umrühren etwa 3/4 Stunden und füllt die Marmelade in Gläser.

Gesundheitspflege.

Das oberste Gesetz der vielgerühmten **amerikanischen Körperpflege** lautet: Bewege dich so viel als möglich in freier Luft. Regelmäßige Spaziergänge sind für die Erhaltung der Gesundheit unerläßlich. Aber man schlendere nicht lässig dahin, man lerne seine Muskeln beim Gehen strecken und achte auf die Körperhaltung. Die

Schultern zurück und die Brust heraus! Falsch und unnötig ist das Einziehen des Bauches. Während des Gehens sind Atemübungen zu empfehlen — natürlich soll so viel als möglich durch die Nase geatmet werden. Laufübungen in freier Luft sind für die Lunge sehr vorteilhaft. Wen sein Beruf zwingt, tags über im Zimmer zu sitzen, sollte doppelt fleißig Geh- und Laufübungen betreiben. „O, ich habe keine Zeit", sagen die Leute, die vergessen, daß die Zeit, die sie auf physische Ausbildung verwenden, sehr nützlich zugebracht ist, weil später der gesunde frische Körper und das klare arbeitsfreudige Hirn zu doppelter und besserer Arbeitsleistung befähigt sind. Wer körperlich viel arbeitet, sollte sich mit dieser speziellen Bewegung noch nicht zufrieden geben. Er muß beobachten, welche Muskelgruppen bei seiner Tätigkeit angestrengt werden und dann auf Ausbildung und Stärkung der nicht in Mitleidenschaft gezogenen Teile des Körpers sein Augenmerk richten. Dies alles gilt ebenso für die Frau wie für den Mann. Der Frau ist durch methodische Körperpflege ein Mittel zur Erhaltung ihrer Schönheit und Frische gegeben. Die Schönheit der Frau hängt von der Gesundheit ihres Körpers ab. Noch schneller als beim Manne rächt sich die Natur für Vernachlässigung der notwendigen Körperpflege. Der graziöse Körper der Frau verliert sein Ebenmaß, die Farbe und der Schmelz der Haut verschwinden und die Furchen und Runen des Alters erscheinen. Die Pflege des Körpers durch entsprechende Bewegungsübungen ist das beste Mittel, das eine Frau anwenden kann, um sich bis ins Alter frisch und jung zu erhalten.

Krankenpflege.

Gelenksrheumatismus tritt gewöhnlich nach einer Verkühlung, aber auch im Verlaufe von Scharlach und andern fieberhaften Krankheiten, meist unter leichten Fiebererscheinungen und Anschwellung eines oder mehrerer Gelenke auf. Es ist dem Gelenksrheumatismus eigentümlich seine sprungweise Ausbreitung: Das Kniegelenk, das heute angeschwollen, schmerzhaft, rot ist, kann morgen heil sein und statt seiner sind die Handgelenke befallen. Oft aber wird überhaupt nur ein Gelenk, oft wieder sind viele Gelenke auf einmal ergriffen. Das Fieber fehlt oft, manchmal ist es außerordentlich hoch. Im Laufe der Krankheit entsteht häufig eine Entzündung der Herzklappen, welche zur Ausbildung eines Herzfehlers führt.

Die Behandlung besteht vor allem darin, daß man den Kranken in das Bett bringt und ihn jede Bewegung vermeiden läßt; man kann zu diesem Zwecke die erkrankten Glieder in Schienen legen oder doch die Betten so richten, daß die Bewegung erschwert ist. Um die schmerzhaften Gelenke macht man Prießnitzsche Einpackungen mit essigsaurer Tonerde; oft ist jedoch dem Kranken eine Oeleinpackung lieber und wird mit Vorteil angewendet (ein Leinwandfleck in warmes Tafelöl getaucht, um das Gelenk gelegt, darüber eine Lage Watte). Ueberhaupt ist es notwendig, die Krankheitsherde warm zu halten; es wäre jedoch verfehlt, das Krankenzimmer zu überhitzen, vielmehr soll auch beim Rheumatismus die Temperatur des Zimmers nicht über 15° R sein. Die reichlichen Schweiße welche sich beim Gelenksrheumatismus einstellen, wischt man mit einem feuchten, in Essigwasser getauchten Tuche ab. Sehr vorteilhaft sind schon während des akuten (fieberhaften) Stadiums des Gelenksrheumatismus warme Bäder von zirka 28° R. und zehn bis zwanzig Minuter Dauer, je nachdem es der Kranke aushält; im Rekonvaleszenzstadium, wenn Steifigkeiten in den Gelenken zurückgeblieben sind, wird man solche Bäder am besten in einem Badeorte nehmen lassen.

Gartenbau.

Ungeziefervertilgung. Zwei Arten von Tausendfüßlern (von zirka 20 Arten) nähren sich hauptsächlich von jungen Pflänzchen, keimenden Samen, Erdbeerfrüchten: der getüpfelte und der gemeine Tausendfuß, der letztere ist etwas größer. Sie fressen die Würzelchen von Rüben, Erbsen, Bohnen, Gurken u. s. w. und machen sich zu Dutzenden über die Erdbeeren her. Um sie zu bekämpfen, legt man ausgehöhlte Kartoffeln auf die Beete, oder einige von dem Schädling schon angefressene Erdbeeren. Die Schmarotzer sammeln sich tagsüber darin und werden am Abend zusammengenommen und vernichtet. Als Vorbeugungsmittel wird anempfohlen, die Erde im Frühjahr vor dem Ansäen der Beete, mit Aetzkalk (1 Pfund auf 1 Mt. Land) zu bestreuen.

Wenn die **Pflanzen im Frühjahr** aus dem Keller geräumt werden sollen, ist es zweckmäßig, dieselben nur allmählich wieder an das Licht zu gewöhnen. Sie sollen also erst nach und nach in hellere Räume gebracht und allmählich mehr gegossen werden, bis sie so weit sind, daß sie verpflanzt werden können. Beim Verpflanzen werden alle faulen und ungesunden Triebe und Spitzen entfernt und zu dicht stehende Zweige ausgebrochen. Wenn es warm wird, stellen wir die Pflanzen in die Nähe offener Fenster, schützen sie aber noch vor der Sonne bis sie abgehärteter sind und das volle Sonnenlicht ertragen können. Ende Mai können sie dann in den Garten gebracht werden. Fuchsien z. B. dürfen nicht einen zu sonnigen Standort erhalten; die Pelargonien aber lieben volles Sonnenlicht. Anfangs sollen die Pflanzen tagsüber mehrmals, später nur abends überbraust werden.

Frage-Ecke.

Antworten.

14. An Ihrer Stelle würde ich einen Versuch bei einem Spezialarzt für Hypnose machen. Die **Blasenschwäche** kann auf diesem Wege dauernd gehoben werden. Wenn Sie in Zürich wohnen, so konsultieren Sie Herrn Dr. Ringier, 26 Zeltweg, der auf diesem, seinem Spezialgebiet, schöne Erfolge erzielt. Der Arzt ist eine in jeder Beziehung vertrauenswerte Persönlichkeit.

J. in Z.

Fragen.

16. Welches ist die beste Fülle von **Kinderbetten** (von Säuglingen) in Ermangelung von Matratzen? Besten Dank für gütige Antwort.

Frau Sch. in O.

17. Wann ist eigentlich die richtige Zeit zum ansäen der **Erstlinge**, zum stecken der frühen **Erbsen**? Letztere besonders leiden oft im April und Mai noch sehr unter der naßkalten Witterung und wollen dann allemal gar keine rechten Fortschritte machen, in welchem Stadium des Wachstums sie sich auch befinden mögen. Für das Ungeziefer ist dies dann gewöhnlich der günstige Moment, die schwachen Pflänzlein oder keimenden Erbsen heimzusuchen und der Mensch muß zusehen, wie das Heer der winzigen Würmlein all seine Arbeit und Sorgfalt zu nichte macht.

Treue Abonnentin.

18. Wie können weiße **Alabastervasen** gereinigt werden? Bei meinem Versuche, solchen mit Seifenwasser die reinweiße Farbe wieder zu geben, entstanden kleine Risse. Frau H. in H.

19. Ist es empfehlenswert, grau und weiß melierte, fein gelockte **Thibet-Kragen** schwarz färben zu lassen? Treue Abonnentin.

20. Könnte mir eine Leserin des Ratgebers ein probates Mittel zum reinigen der weißen und rötlichen **Marmorplatten** von Waschkommoden angeben? Im weißen Marmor sind Fettflecken, die sich gar nicht abwaschen lassen und im rötlichen sind häßliche Ringe von Toiletteneſſenzen, die sich trotz fleißigen Waschens nicht entfernen lassen. Für guten Rat besten Dank zum voraus.

Abonnentin am Thunersee.

20. Dem interessanten Artikelchen im letzten Ratgeber, habe ich manche Belehrung über **Blumenpflege** entnommen. Ich möchte nun noch gerne erfahren, wie man die Blumen gießt, d. h. ob man das Wasser in den Topf oder in die Untersätze leeren muß. Dann noch eins: Wir haben Gasbeleuchtung im Zimmer (Auerlicht) und seit dieser Einrichtung will keine Pflanze mehr gedeihen. Auch Azaleen, Cyklamen, die wir oft zu Geschenk bekommen, stehen in 2—3 Tagen ab. Kann man nichts dagegen tun? Ich wäre sehr dankbar für gute Auskunft. Frau Sch.

Kaufen Sie

Ihrer jungen Frau
Ihrer Braut
Ihrer Tochter
Ihrer Schwester
Ihrer Freundin
Ihrem Dienstmädchen

Gritli in der Küche

von **Emma Coradi-Stahl**

bestes, genauestes und billigstes Kochlehrbuch der Neuzeit.

Zu beziehen beim Verlag des „**Schweizer Frauenheim**" in **Zürich**, durch den Kommissionsverlag **Buchhandlung Ed. Rascher's Erben** in Zürich, sowie durch alle Buchhandlungen (Preis kartonniert Fr. 2. 80, elegant Leinwand Fr. 3. 80); wo auch der erste Teil

Wie Gritli haushalten lernt

in 2. Auflage stets vorrätig ist (brosch. Fr. 1. 50, elegant Leinwand Fr. 2. —).

Zuger Stadt-Theater-

Lose

Emission II, versendet à **1** Fr. per Nachnahme

Frau Blatter, Lose-Versand, in **Altdorf.**

Haupttreffer Fr. 30,000, 15,000. Gewinnliste 20 Cts. Auf 10 ein Gratislos,

Haus- u. Küchengeräte

emaillirt, verzinnt, poliert,

Spezialität: feuerfeste Geschirre.

Emaillirte Schilder jeder Art,

Molkereigeschirre, verzinnt,

Alles in vorzüglichster Ausführung

efert 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.