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

Band: 13 (1906)

Heft: 16

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.

№ 16. XIII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | Zürich, 18. August 1906.

Beklag es nicht, wenn oft mit Beben
Ein Sturm uns durch die Seele braust,
Denn welkes und gesundes Leben,
Das scheidet seine starke Faust.

Wie in den grünen Bäumen allen
Von sommerreifem Laubgeäst:
Was welk in uns, das mag nur fallen,
Was grün, hält auch im Sturme fest.

R. Stieler.

Die Aufgabe und die Bedeutung der Koch- und Haushaltungsschulen.

(Nach einem Vortrag von E. Coradi-Stahl.)

(Nachdruck verboten.)

Wenn auch die Aufgabe der Koch- und Haushaltungsschulen in diesen Benennungen selbst angedeutet ist, so bedürfen die beiden Handlungen Kochen und Haushalten wohl noch einiger Präzisierung und Beleuchtung.

Vor allem haben wir immer wieder festzustellen, weshalb wir heute der Schule bedürfen, um hauswirtschaftliche Kenntnisse zu vermitteln.

„Unsere Großmütter und Mütter haben doch auch gut gekocht, haben das Haus gut in Stand gehalten und sind in keine Fortbildungs-, in keine Haushaltungsschule gegangen, haben niemals hauswirtschaftlichen Unterricht empfangen", heißt es.

Das stimmt in manchen Fällen und wohl denen, deren Elternhaus so gut bestellt war; sie haben einen Schatz gerettet fürs Leben, einen Schatz an Gesundheit, einen Fond zu sittlicher Stärke und zu wirtschaflichem Gedeihen. Auch heute noch gibt es vortreffliche Mütter und Hausfrauen, die ihre Töchter selbst anleiten und erziehen zu häuslicher Tätigkeit, die sie ausrüsten mit häuslichen Kenntnissen und Tugenden. Aber, Verehrteste, sind diese Mütter wirklich die Regel? Nein, sie bilden die Ausnahmen, das werden Sie selbst zugeben. Die Gründe liegen teils in unsern veränderten Lebensverhältnissen, teils in uns selbst. Unsere Zeit entzieht die Hausfrau und Mutter sehr oft ihren nächsten Pflichten, sei es durch des Lebens Not, die auch von der Frau Mithülfe am Erwerb gebieterisch fordert, sei es durch die verfeinerte Kultur, die zu allen möglichen andern Zeitvertreiben drängt, oder auch eigene Unkenntnis und Unlust der Mutter und gar oft auch die Abneigung des Töchterchens,

das den Kopf voll Bücher- und Schulweisheit, zu häuslichen Beschäftigungen keine Lust und keine Zeit hat, oder aber, und dies sind die meisten und die dringendsten Fälle: das Mädchen wird, kaum der Schule entlassen, in die Fabrik, in die Lehre, in ein Geschäft geschickt. Wo und wann soll sie nun dasjenige erfahren, was jeder Frau zu wissen und zu verstehen not tut? Der Hausfrauenberuf erfordert wahrlich eine Vorbereitung, eine Lehrzeit. Er ist einer der vielseitigsten Berufe, denn von allem etwas soll ja die richtige Hausfrau verstehen. Nun sagen viele: Aber nicht alle Mädchen werden Hausfrauen. Ist es nicht weiser, man konzentriere seine Kräfte auf den zu ergreifenden und zunächst zu erlernenden Beruf? Kommt man zum Heiraten, so kann ja noch schnell ein paar Wochen lang ein Kochkurs genommen werden! Die Männer sind so leicht zufriedengestellt, wenn wir ihnen ein paar Lieblingsgerichte mundgerecht zuzubereiten verstehen, wenn wir den anfänglich kleinen Hausstand nur einigermaßen freundlich auszustatten wissen.

Ja, ja, solche Annahme hält wohl Stand für die Flitterwochen oder die Honigmonde, wo der verblendete Ehemann die unglaublichsten Dinge mit Wonne hinunterschluckt; aber schauen wir nach einem Jahr in das junge Heim. Der Storch hat Einkehr gehalten, es sind vermehrte Pflichten und Sorgen auf das Frauchen gefallen, die Einnahmen sind nicht größer, die Tage nicht länger und die Kräfte eher kleiner geworden. Das sonnige Lachen hat oft einem mißvergnügten Seufzer Platz gemacht, wenn sich die Arme nicht mehr zurechtfindet in dem Labyrinth neuer ungewohnter Pflichten. Sie ist nicht erzogen dafür, sie hat nie gelernt, Geld, Zeit und Kraft planmäßig zu verteilen. Sie kennt nicht die Tragweite verkehrter Behandlung ihres Kleinen, sie hat keine Ahnung von den strengen Forderungen der Hygiene im allgemeinen und von der Ernährungslehre im besondern, die große Verantwortlichkeit einer Hausfrau, einer Mutter ist ihr niemals zum Bewußtsein gebracht worden. — Sie selbst leidet darunter, sie fühlt ihr Unvermögen und kann es doch nicht ändern; aus dem geduldigen Mann, der im Anfange für kleine Fehler blind war, ist nachgerade ein anspruchsvollerer geworden, auch er fühlt das Unbehagen im Hause, er sieht die wachsende Unordnung und wenn er selbst nicht ein starker und milder Charakter, zugleich ein vernünftiger und edler Ehemann ist, so gerät des Hauses Glückstern ins Fallen. Er bleibt lieber auswärts, wo man ihn stets freundlich aufnimmt, wo es gemütlicher zugeht als zu Hause. Er mag das Jammern nicht anhören, mag nicht mitansehen, wie seine Frau, die auch auf ihr Aeußeres nicht mehr viel Sorgfalt verwendet — wozu sollte sie auch! — sich abmüht und quält. Sein Haus ist ihm verleidet. Die guten Hausgeister: Ordnung, Sauberkeit, Friede und Gedeihen — sie sind entflohen!

„Unter zwanzig unglücklichen Ehen", sagt Elsbeth von der Decken in ihrem Werkchen: Die gebildete Frau und die neue Zeit „ist neunzehnmal das häusliche Glück durch die Untüchtigkeit und geistige Unreife der Frau zerbröckelt."

Und die Kinder! Es sind deren mehrere angerückt in wenigen Jahren! Wie sollen sie in solcher Umgebung heranwachsen zu körperlich gesunden, zu geistig entwickelten, zu braven und guten Menschen! Wahrlich, das Sprichwort: „Verstand kommt mit dem Amt" macht nirgends so jämmerlich Fiasko, als hier bei dem Amte der Hausfrau und Mutter.

Wohl gibt es auch heutzutage starke und strebsame Frauennaturen, die in sich selbst die Kraft fühlen, sich in ihren Pflichtenkreis einzuleben, sich über ihn zu erheben, die in unablässiger Arbeit an sich selbst, im Suchen nach Belehrung von außen und und im Ringen nach innerer Vollendung und Befreiung sich hindurch-, hinaufarbeiten. Aber, wie schwer ist der Weg, wie teuer erkauft die endliche Ankunft nach der Fahrt durch Irrwege und Hindernisse!

Und wir, d. h. die Gesamtheit, wir haben die Pflicht und wir haben auch die

Mittel, hier helfend einzugreifen, die Schwachen zu stützen und zu heben und den Starken den Weg zu erleichtern. Hier liegt die Aufgabe, liegen die Ziele des hauswirtschaftlichen Unterrichts.

Sie ist nicht klein, diese Aufgabe, sie ist auch nicht leicht. Schule und Haus sollen sich verbinden, um Menschen zu erziehen. Dies ist der allgemein angenommene Grundsatz unserer Zeit. Er hört sich ganz prächtig an, aber bei näherm Zusehen erkennen wir, daß in der Schule gar oft nur unterrichtet, anstatt erzogen wird und daß das Haus erst recht nicht zu erziehen versteht. Oft glauben die Mütter mit der richtigen Körperpflege ihre Pflicht am Kinde erfüllt zu haben, noch öfter aber entbehren Körper, Geist und Gemüt der richtigen Pflege. In diese Lücke hat der hauswirtschaftliche Unterricht einzutreten. Er ist berufen, in unsern Töchtern die schlummernden Keime zum Guten, zu den häuslichen Tugenden zu wecken, neben der geistigen Entwicklung den Sinn auf das praktische Leben hinzulenken, dieses selbst und seine Forderungen durch ethische Wahrheiten zu durchleuchten, zu veredeln.

Nun verstehe ich aber unter diesen Anleitungen wiederum nicht die bloße Besprechung dieser Dinge an der Hand eines Lehrbuches, dessen Blätter die Schilderung der häuslichen Tugenden tragen, alsda sind: Sparsamkeit, Reinlichkeit, Pünktlichkeit, Fleiß, Sanftmut und Geduld, Selbstverleugnung, Selbstbeherrschung, Frohsinn und Kunstsinn und wie sie alle heißen. Nicht nur vorsprechen soll man ihnen, sondern vorleben. Hier mache sich der erzieherische Einfluß der Haushaltungslehrerin bemerkbar. Beispiel und Vorbild sind wirksamer als die längsten Reden. Dazu bedarf es freilich erzogener und gebildeter Lehrerinnen, geistig reifer und sittlich starker Persönlichkeiten.

Die Schülerinnen sind auch zu äußerer Gewandtheit zu erziehen. Unsere Zeit verlangt sichere, mit Ueberlegung arbeitende Menschen, sie will denkende Leute, die fest stehen in der Brandung des Lebens, die nicht tastend sich nach rechts und links schieben lassen. Die schüchterne, unfertige Frau, die erst durch den Mann Halt bekommt, deren Hülflosigkeit und ätherisches Wesen die Dichter einer entschwundenen Zeitepoche zur Huldigung begeisterte, sie paßt nicht mehr in unsere Zeit. Das Heute verlangt gebieterisch starke Frauen, selbstständige Frauen, Frauen, die wohl ihren nächsten Pflichtenkreis treu erfüllen, die aber darüber hinaus ein offenes Auge für die Allgemeinheit besitzen, die nicht aufgehen in der Tagesarbeit, sondern mit dem Sinn in eine höhere Welt hineinragen. Die Anregung zu diesem Rüstzeug der Frau, wohlverstanden die Anregung dazu, und nicht das fertige Resultat, suche ich beim hauswirtschaftlichen Unterricht. Darin liegt die erzieherische Seite.

(Fortsetzung folgt.)

Wie ich Palmin verwende.

(Nachdruck verboten.)

Im Mai und Juni, wenns in den „Ankenhäfen" so bedenklich leer aussieht, beginnt die Hausfrau mit solchem Eifer nach den Butterpreisen zu forschen, wie ein Spekulant sich an der Börse um die Hausse kümmert. Und hat die Butter den Normalpreis erreicht, der notabene von Jahr zu Jahr immer ein bischen mehr steigt, dann wird der Vorrat fürs Jahr angeschafft; die Ausgabe ist meist sehr bedeutend.

Seit etwas mehr als Jahresfrist verwende ich, in Anbetracht der stets steigenden Butterpreise, auch Palmin in der Küche und zwar mit bestem Erfolg. Dem Produkte von Schlinkh in Mannheim gebe ich den Vorzug; macht man 2—2½ Kilo heiß, so wird kein Satz sein, das Fett ist klar. Auf 1 Kilo ausgelassene Butter nehme ich ½ Kilo Palmin und Geruch und Geschmack lassen nichts zu wünschen übrig, im Gegenteil, das Fett ist viel leichter verdaulich. Nicht schon beim Butteraussieden mache ich diese Mischung, sondern erst beim Herausstechen für den täglichen Gebrauch. Da lasse ich Butter und Palmin mitein-

ander flüssig werden, rühre es gut und lasse es dann erkalten. Zu Gemüse aller Art, Backwerk, das in schwimmender Butter gebacken werden muß, 2c. leistet diese Mischung außerordentlich gute Dienste.

Zum braten von Fleisch mache ich folgende Mischung, die nicht nur gut, sondern auch ergiebig ist. Auf 1 Kilo ausgelassenes Schweinefett nehme ich 750 Gr. Palmin und 1½ Glas Olivenöl. Wers liebt, lasse mit dem Schweinefett eine Zwiebel (geschält und zerschnitten) kochen. Fett und Palmin mischt man auf dem Feuer, das Olivenöl wird beim Anrichten dazu gegeben und eine Weile gerührt, bis sich alles gut vermischt hat.

Palmin in Tafeln ist angenehmer, als in Büchsen. Beim anbraten von Fleisch muß das Fett recht heiß sein. Irgend welche Folgen betreff Verdaulichkeit werden sich nicht zeigen. Die Verwendung von Palmin, dem aus der Kokosnuß gewonnenen Fett, wird von vielen Aerzten empfohlen.

Da ich weiß, wie sehr mißtrauisch viele unserer Hausfrauen gegen die Verwendung künstlicher Fette im Haushalt sind und oft nicht mit Unrecht, so möchte ich nur nochmals betonen, daß längere Verwendung von Palmin mich ganz überzeugte, ein gutes, zweckentsprechendes und billiges Fett zu haben durch die oben angegebenen Mischungen. Ein kleiner Versuch wird sicher zur Verwendung von Palmin in Verbindung mit Butter führen.

Haushalt.

Zum Konservieren und Verpacken von Früchten und Gemüsen haben sich Korkabfälle gut bewährt. Man schüttet zu diesem Zwecke eine dicke Korkschicht auf den Boden der Kiste und legt eine Lage Früchte oder Gemüse darauf, deckt diese wieder mit einer Schicht Kork zu und fährt in dieser Weise fort, bis man auch die oberste Lage mit Kork reichlich zugedeckt hat. Es muß jedoch Sorge getragen werden, daß die Zwischenräume auch gut mit Kork ausgefüttert werden, um eine Reibung der Früchte zu vermeiden. Wenn man die kranken Teile vorher sorgfältig entfernt hat, gelingt es sogar, die Früchte auf ein Jahr frisch zu erhalten, da der Kork sie vor Hitze, Kälte und Feuchtigkeit schützt. Sollen sie zum Verkauf gebracht werden, so genügt es, die Korkteile mit Wasser abzuspülen. P. W.

Ein praktischer Butterkühler. Wer weiß, wie schwer es hält, im Sommer die Tafelbutter frisch und fest zu erhalten, wird die Beschreibung eines praktischen Butterkühlers sehr begrüßen. Dieser besteht aus einem großen Blumentopf, der durchaus rein und in- wie auswendig unglasiert sein soll. Dann bedarf es nur noch einer flachen Schüssel, die groß genug ist, den umgestülpten Blumentopf aufzunehmen. Diese Schüssel wird nun etwa 10—12 Cm. hoch mit kaltem, frischem Brunnenwasser gefüllt und die Butter entweder in einen passenden Topf oder einfach in das Wasser gelegt. Ueber das Ganze wird nun der große Blumentopf gestülpt, welcher das Wasser aufsaugt und es zum schnellen Verdunsten bringt. Dadurch wird nun die Butter stets in einer kühlen Temperatur erhalten. Das Wasser soll so kühl als möglich sein und muß öfters erneuert werden. Nicht nur Butter, auch Milch, Fleisch, Gemüseresten 2c. lassen sich auf diese Weise selbst in der heißesten Jahreszeit kühl und daher längere Zeit frisch und gut erhalten. Die Speisen werden einfach in hohen Gefäßen ins kalte Wasser gestellt und dann der Topf, der alle 10—14 Tage nebst der Kühlschüssel reingewaschen werden muß, darüber gestülpt. —r.

In den heißen Sommertagen will es nicht immer gelingen, das **Eiweiss** rasch zu Schnee zu schlagen. Setzt man nun den Topf mit Eiweiß in eine Schüssel mit kaltem Wasser, dessen Temperatur man durch Zusatz von Salz herabmindern kann, falls man hierzu keine Eisstückchen zur Verfügung hat, und veranstaltet während des Schneeschlagens durch Oeffnen der Fenster und Türen Zugluft, so wird der Schnee binnen kurzem schön steif sein. Wenige Körnchen Salz in den Schnee gestreut, führen noch schneller zum Ziel, doch dürfte dies Verfahren nicht immer anwendbar sein, da manche Speisen durch gesalzenen Schnee an Schmackhaftigkeit verlieren würden.

Getragene weisse Strohhüte, die unansehnlich geworden sind und doch noch gute Dienste leisten sollen bis im Herbst, können mit lauwarmem Wasser, in dem für 10 Cts. Sauerkleesalz aufgelöst wurde, gereinigt werden. Man nimmt eine nicht zu scharfe, saubere Bürste und bürstet den Hut, bis aller Schmutz entfernt ist. Man spült dann gut in lauwarmem und schließlich in kaltem Wasser ab und hängt den Hut zum trocknen auf. Vorher aber gebe man ihm noch die richtige Form.

Grünspan entfernt man aus Messing-, Kupfer- und Silbergeschirr am besten, indem man ein Bäuschchen Watte oder Tuch mit einigen Tropfen Salmiakgeist benetzt und damit so lange die betreffenden Stellen reibt, bis der Grünspan ganz verschwunden ist. —r.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: Griessuppe, Lungenragout, braune Kohlraben (ganze), Salzkartoffeln.
Dienstag: Buttersuppe, Gemüsewürstchen, Bohnen, Gurkensalat.
Mittwoch: Gerstensuppe, Kalbsfuß in brauner Sauce, gedämpfte Tomaten, *Rindfleisch in Gelee.
Donnerstag: Kräutersuppe, Gulasch, *gefüllter Kohl, *saurer Rahmauflauf.
Freitag: Luftsuppe, Makkaronauflauf mit Schinken, Kopfsalat, *französischer Obstkuchen.
Samstag: Reissuppe, Wienerschnitzel, *Spinat à la Surprise, Pflaumenkompott.
Sonntag: *Hühnersuppe, Ragout von Hühnerfleisch, Reisring, Beefsteak mit Kopfsalat, *Johannisbeer-Kaltschale.

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

Kochrezepte.

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

Hühnersuppe. Zeit 2—3 Stunden. (Im Selbstkocher vorzüglich). 2 alte Hühner, 3 Liter Wasser, Suppengemüse. — Die gut gereinigten Hühner werden mit kaltem Wasser zugesetzt und schnell ins Kochen gebracht. Dann auf kleinem Feuer langsam fortgekocht. Man löst entweder das Fleisch von den Knochen und serviert es in der Suppe, nudelartig zerschnitten nebst aufgequollenem Reis oder man bereitet dazu eine Ragoutsauce mit Hühnerbrühe und kocht die zerlegten Fleischstücke nochmals darin auf.

Aus „Gritli in der Küche".

Rindfleisch in Gelee. Zeit 3 Stunden. 1½ Kilo Filet oder Huft, 100 Gr. Speck, 30 Gr. Fett, Bratengemüse, 2 Deziliter Wein, 1½ Liter Wasser, 2—3 Eiweiß, 1 Zitrone, 3 Kalbsfüße, Petersilie, Salz. — Aus dem Fleisch und den Zutaten an Fett und Gewürzen wird ein saftiger Schmorbraten hergestellt; in einer andern Kasserole oder im Suppentopf bereitet man aus den Kalbsfüßen gleichzeitig eine kräftige Brühe. Nun nimmt man den Braten heraus und legt ihn beiseite, entfettet die Bratensauce und schüttet nun die Kalbfleischbrühe dazu, gibt den Saft einer Zitrone, eventuell etwas Essig zu und läßt es wieder ins Kochen kommen. Dann klärt man die Gelee mit 2—3 gequirlten Eiweiß und filtriert sie. Man gießt zuerst eine Schicht in die Form, welche zum erstarren bestimmt ist, legt dann den Braten hinein und füllt die übrige Gelee nach. Man stellt die Form in kaltes Wasser oder auf Eis. Vor dem Anrichten taucht man sie einen Augenblick in heißes Wasser und stürzt auf eine Platte, die hübsch mit Essiggurken, Zitronenscheibchen und Petersilie garniert wird. Statt Rindsbraten, kann Kalbs- oder Schweinebraten oder beides zu gleichen Teilen genommen werden.

Aus „Gritli in der Küche".

Spinat à la Surprise. Hartgekochte Eier werden durchgeschnitten und die Dotter herausgenommen. Die letzteren verrührt man ganz glatt mit Rahm, etwas geriebener Semmel, feingewiegtem Schinken, Pfeffer und Salz. Man formt aus der Masse Dotter, die man mit beiden Eiweißhälften umschließt. Auf kleine, heiße Schüsseln — am besten und hübschesten eignen sich solche, die grüne Blätter imitieren — gibt man je ein Ei, darüber eine dicke weiße Sauce, unter die man Parmesankäse vermischt, bedeckt das Ganze mit fertig zubereitetem Spinat und besteckt den kleinen Berg mit schmalen, in Butter gebratenen Semmelstreifen. Statt letzterer kann man auch in schwimmender Butter gebackene Kartoffelstreifen (pommes de terre frites) wählen.

Saurer Rahmauflauf. Man rührt 6 Eidotter mit 100 Gr. Zucker und der abgeriebenen Schale von 1 kleinen Zitrone recht schaumig, gibt nach und nach 10 Eßlöffel voll sauren Rahm, 4 Löffel feines Mehl, 1 Prise Salz und den Schnee der Eiweiße hinzu und bäckt den Auflauf in einer gut gebutterten Form ½ Stunde.

Johannisbeerkaltschale. 1 Kilo Johannisbeeren, 500 Gr. Zucker, ½ Liter alkoholfreien Wein, 50 Gr. Brot. — Die entstielten, gewaschenen Johannisbeeren vermischt man, ohne sie aufs Feuer zu bringen, mit gestoßenem Zucker, alkoholfreiem Wein und geriebenem Brot. Man kann die Beeren auch durch ein Sieb treiben und zur Hälfte mit Himbeeren vermischen.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Französische Obstkuchen. (Flans aux Fruits.) Man lege eine etwa 4 Cm. hohe Form mit Mürbteig aus und entsteine dann Aprikosen, Pfirsiche, Reineclauden oder Zwetschgen, schwinge sie mit Zucker in einer Terrine, tue sie auf den Teig und backe den Kuchen bei guter Hitze. Unterdessen klopfe man die Steine auf, brühe die Kerne wie Mandeln und schneide sie entzwei, lasse sie in ein wenig Zuckersirup aufkochen und gebe sie im Augenblick des Servierens über den Kuchen, welcher auch aus Kirschen, Johannisbeeren und Himbeeren bereitet werden kann, nur muß man dann zum bestreuen Mandeln oder Haselnüsse nehmen.

Eingemachte Früchte.

Weisse Johannisbeergelee. Man schneide die Schale einer schönen Zitrone in kleine, ganz feine Streifchen und presse den Saft in eine Terrine, pflücke die Johannisbeeren ab und zerdrücke sie in einem über die Terrine gestellten Sieb. Dann bringe ebensoviel Zucker wie Saft aufs Feuer (mit ¼ Liter Wasser), und wenn der Zucker abgeschäumt, gebe man die Zitronenstreifchen hinein, welche man mitkochen läßt. Dann gieße, wenn der Zucker sich am Rande des Schaum-

löffels in Perlchen ansetzt, den mit dem Zitronensaft vermischten Johannisbeersaft dazu, lasse einigemale aufkochen, fülle das Gelee in die Gläser und verteile die Zitronenschalen gleichmäßig darin.

Melonen. Man kocht die Melonenstückchen einmal in klarem Wasser auf und besteckt die Mitte der einen Seite in schräger Richtung mit zwei Stückchen Zimmet und zwei Gewürznelken, denen die Köpfe ausgebrochen sind. Dann läutert man 750 Gr. feinen Zucker, gießt 1 Liter feinsten Weinessig dazu und läßt die Melone darin weich kochen, schüttet hierauf das Ganze in eine Porzellanschüssel, kocht andern Tags den Saft noch einmal auf, läßt ihn erkalten und gießt ihn über die Melonen, die man in Gläser geschichtet hat.

Birnen in Essig. Bergamotten eignen sich am besten dazu. Dieselben werden geschält, in Hälften geschnitten, das Kernhaus entfernt und in Zucker und Essig immer soviel halbweich gekocht, wie nebeneinander liegen können. (Auf 4½ Kilo Birnen rechnet man 2 Kilo Zucker und ¾ Liter guten Weinessig.) Der Zucker wird geläutert, der Essig und ein Stückchen Zimmt dazugetan. Wenn alle Birnen gekocht sind, werden sie, die runde Seite nach oben, in einen großen passenden Steintopf gelegt (der aber zu nichts anderem benutzt werden darf als zu eingemachten Früchten), und mit dem dick eingekochten Saft übergossen. — Später wird der Saft noch einmal aufgekocht werden müssen.

Pflaumengelee. Man übergieße die Pflaumen (Zwetschen) mit kochendem Wasser, schäle und entsteine sie und stelle sie in einem Steintopf solange in kochendes Wasser, bis genug kochender Saft entstanden ist. Für 500 Gr. Saft läutere man 300 Gr. Zucker, gebe den Saft dazu und koche das Ganze unter fleißigem Abschäumen zu Gelee.

Himbeeressig. Man nehme auf 1 Liter Himbeeren 1 Liter guten Essig, tue dies zusammen in ein irdenes Gefäß, binde es fest zu und stelle es mehrere Tage lang in den Keller. Hierauf presse man alles durch ein Tuch, lasse den Saft bis zum nächsten Tag stehen und gieße ihn klar ab. Man koche den Saft (auf ½ Liter Saft rechnet man 375 Gr. Zucker), schäume rein ab und fülle den Essig erkaltet in Flaschen, die gut verkorkt werden müssen.

Aus „Das Einmachen der Früchte".

Gesundheitspflege.

Gegen Ermüdung der Füsse infolge Ueberanstrengung ist zu empfehlen, täglich die Füße 15—20 Minuten lang in ein Gefäß zu stellen, dessen Boden schwach mit Alaunwasser bedeckt ist.

Uebermässigen Fleischgenuss bezeichnet der französische Chirurg Professor L. Championnière in der deutsch-medizinischen Wochenschrift als einen Faktor, der geeignet ist, häufig Blinddarmentzündungen zu verursachen. Die Feststellungen dieses Gelehrten laufen darauf hinaus, daß in Gegenden mit geringem Fleischkonsum, derartige Entzündungen nur vereinzelt, in Klöstern und an Orten, wo vegetarische Nahrung geboten wird, garnicht, dagegen in Ländern, zum Beispiel Amerika und England, mit vorwiegend Fleischernährung, oft und schwer auftreten. Eine gute Seite scheint also demnach die Fleischteuerung doch zu haben!

Kinderpflege und -Erziehung.

Ueber die Ursachen der **Bleichsucht**, von der das weibliche Geschlecht zur Zeit der Entwicklung (im Alter von 13—20 Jahren) sehr oft befallen wird, ist man nicht vollkommen aufgeklärt. Immerhin läßt sich beobachten, daß mangelhafte Ernährung und unzweckmäßige Lebensweise in den meisten Fällen schuld an dieser Krankheit tragen. Solchen Patienten ist ein häufiger Aufenthalt in frischer Waldluft oder auf dem Lande sehr zu empfehlen. Die Kleidung darf aber nicht beengend sein, sondern leicht und durchlässig, was im Winter durchaus nicht hindert, daß sie zugleich einem außergewöhnlich großen Wärmebedürfnis Rechnung tragen kann. Vor allem ist den Bleichsüchtigen jedwedes Schnüren höchst gefährlich, auch die Röcke dürfen nicht in der Hüftgegend festgebunden werden, weil das die Blutzirkulation hindert, deren Förderung ja beabsichtigt werden muß.

Eine in gewissen Grenzen gehaltene Körperbewegung, soweit sie die Kranken, ohne sich anzustrengen, verrichten können, muß man für durchaus angebracht halten. Einfache Turnübungen, Spiele im Freien, leichte sportliche Bewegung sind recht zweckdienlich.

Dem großen Ruhebedürfnis der Bleichsüchtigen muß unbedingt entsprochen werden. Frühzeitig, etwa um 9 Uhr abends, zu Bett; ist nach zehnstündigem Schlaf das Verlangen vorhanden, noch im Bett zu bleiben, so mag man es tun, auch wenn die folgende Zeit nicht im Schlafen verbracht wird. Unter keinen Umständen darf man sich aber im Bett mit Lektüre oder sonst in einer Weise beschäftigen. Auch tagsüber ist eine ein- bis zweistündige Bettruhe (nicht angekleidet) von guter Wirkung.

Die Bleichsüchtige bei Appetit zu erhalten, muß die erste Aufgabe der Pfleger sein, darum sehe man möglichst auf Abwechslung in der Speisekarte. Fleischspeisen werden nicht selten abgelehnt. Wenn das auch für das leichtverdauliche Kalbfleisch, Geflügel, frisch zubereiteten Fisch zutrifft, muß man zum Gemüse seine Zuflucht nehmen, das überhaupt Bestandteil jeder größeren Mahlzeit sein sollte. Wenn die Zufuhr von Eisen einen Zweck hat, so ist es im Chlorophyll der jungen, grünen Erbsen, des Spinats, Kohls u. s. w. in der aufnahmefähigsten Form geboten. Auch Kohl-

rabi, Spargel, Blumenkohl werden gewöhnlich gern genommen.

Obst sollte roh oder auch gedünstet den Kranken jederzeit zugängig sein. Gewöhnlich besteht hiegegen keine Abneigung und man darf das Verlangen nach diesem nicht schmälern, schon weil es der Stuhlverstopfung entgegenwirkt, zu welcher Bleichsüchtige veranlagt sind.

Gartenbau und Blumenzucht.

Einen reichlichen Blumenflor erhält man, wenn man die welkenden Blumen stets sofort abnimmt. Man vergesse nie, daß eine Blüte, die man am Stock ganz abwelken oder Samen tragen läßt (wo dies nicht nötig ist) der Pflanze sehr viel Kraft und Nahrung unnötigerweise entzieht und so ist diese dann nicht mehr im Stande, weitere Blumen zu treiben. Dies ist besonders der Fall bei Rosen, sowie bei den meisten Zimmer- und Topfpflanzen.

Blumenkohl kann ganz gut noch im späteren Sommer gepflanzt werden. Die feuchte Herbstwitterung sagt ihm sogar ganz besonders zu. Wenn auch die Blumen nicht mehr zur vollen Ausbildung kommen, so schadet das nicht viel. Man schlage sie mit dem Wurzelballen im Keller in feuchtem Sand ein und wird dann finden, daß die Blumen sich dort sehr vervollkommnen. Man muß nur den Sand dauernd feucht halten.

Tierzucht.

Vogelkäfige im Sonnenbrand. Viele Käfigvögel werden ohne Schutzdach ins Freie, oder noch schlimmer, auf das Fensterbrett gestellt und den ganzen Tag den Sonnenstrahlen ausgesetzt, in der irrigen Meinung, dies sei dem Vogel eine Wohltat. Aber es ist doch ein großer Unterschied, ob ein Vogel in der Freiheit durch die Mittagssonne fliegt oder ob er im Käfig sitzt und den Sonnenstrahlen nicht ausweichen kann. Daß solche unglückliche Vögel erkranken und sterben, ist kein Wunder. Zum Besten des Vogels und des eigenen Geldbeutels sollte man auf die Pflege größeren Wert legen, auch frisches Wasser, namentlich in den heißen Tagen, nicht vergessen und dem Tierchen den Käfig nicht zum Kerker machen. Dabei muß zugleich ein Mißbrauch erwähnt werden, der in zahllosen Fällen besteht, nämlich die Unterbringung gefangener Vögel in viel zu kleinen Bauern. Da hängen nun die armen Tiere in diesen engen Kerkern, daß sie sich kaum umdrehen und die Flügel ausbreiten können. Wer Tiere gefangen hält, sorge dafür, daß sie genug Bewegungsfreiheit haben.

Frage-Ecke.

Antworten.

57. Ist der **Strohhut** mit einem hellen Lack überzogen, so geben Sie dem weichgewordenen Rand die richtige Form und lackieren ihn dann. Da Sie nicht schreiben, ob es ein Herrenhut sei, ist eigentlich guter Rat teuer. Ists ein Damenhut, so nähen Sie feinen, mit gelber Seide übersponnenen Draht um den Rand, dann wird dem „Uebel" geholfen sein. R. G.

58. Vielleicht dienen Ihnen meine Angaben, die **Reform-Unterkleidung** betreffend. Ich mußte nämlich die Sache so ziemlich auf eigene Faust probieren. Wer sich nicht zu den Hemdhosen entschließt, bleibe bei den Hemden. Die Ausgabe dafür ist ziemlich beträchtlich. Die Leibchen mache ich mir selbst, im Winter aus weißem Barchent, für Herbst und Frühjahr aus Baumwollstoff, für den Sommer aus einem etaminähnlichen, sehr luftigen Gewebe. Der Schnitt steht Ihnen gerne zur Verfügung. Die Vorteile meines Leibchens sind, daß sie gewaschen werden können und nicht hoch im Preise sind. Die bisherigen Beinkleider versah ich mit breiten (ca. 12 Cm.) runden Gurten, hinten zum Einknöpfen, nicht zum Binden. Vorn in der Mitte nnd seitwärts mache ich Oesen, um das Beinkleid an das Leibchen zu hängen. Für den Winter kommt, aus gutem Barchent gefertigt, die Reformhose, statt eines Unterrocks. Darüber, Sommer und Winter ein Unterrock. Die Nähte an meinen frühern Unterröcken trennte ich bis über die Mitte von oben her, nachdem ich die Gürtel weggeschnitten hatte, auf. Dann setzte ich gleichen oder ähnlichen Stoff an jeden Teil oben an, nahm das gute Reformrockmuster, legte es auf die gut ausgebügelten losgetrennten Teile und schnitt sie zu. Den Schlitz hinten nähte ich zusammen und machte ihn links an der Naht des Vorderteils. Auch setzte ich eine Tasche in die gleiche Naht und und machte den Verschluß mit Druckknöpfen. Nun versieht man den Rockrand oben auch mit Oesen, um den Unterrock an das Leibchen zu hängen. Besser und angenehmer ist es aber, man macht aus Gürtelband Träger, hinten, ähnlich den Hosenträgern, vorn müssen sie seitlich, neben der Brust herunter gehen und mit Knopflöchern versehen sein, um sie anzuknöpfen. Sind die Träger richtig angebracht, so rutschen sie nicht und drücken auch nicht. In den Reformkleidern selbst habe ich keine Tasche, da die Nähte sehr in Mitleidenschaft gezogen werden und es dann unschön aussieht. Zur Unter- und Oberkleidung verwendete ich meine frühere Garderobe und bin ganz gut damit gefahren, Taillenkleider in Reformkleider umzuändern. Von jeher nehme ich 1—1½ Meter mehr Stoff, als nötig ist; das kam mir sehr wohl beim Umändern zustatten. Gute Schnittmuster, die Sie ja durch den Verlag des „Frauenheim" jederzeit erhalten, muß man haben, um gut und

kunstgerecht „reformen" zu können. Ich änderte alles mit Hülfe meiner langjährigen Hausschneiderin, die sich aber ganz meinen Anweisungen unterziehen mußt, da „Reform" für sie unbekannt war. Zu weiterer Auskunft ist gerne bereit.
R. G.

61. In Hermine Clars „ABC des Hauswesens" wird zur Vertreibung der **Fliegen** folgendes empfohlen: Man streut ein Pulver aus getrockneten Kürbisblättern, zerquetschtem Fenchel- und Koriandersamen auf glühende Kohlen und und räuchert abends die Räume damit, nachdem Türen und Fenster verschlossen worden sind.

Auch sollen Birkenzweige, an der Decke der Zimmer aufgehängt, die Fliegen anziehen. Sie sammeln sich dort über Nacht und andern Tags kann man sie mit den Zweigen hinaustragen.

Man kann auch mittels eines Zerstäubers Tinktur aus persischem Insektenpulver, welche mit starkem, unverdünntem Spiritus bereitet wird, im Zimmer zerstäuben.

Eins oder das andere Mittel wird gewiß zum Ziele führen. Eine treue Abonnentin.

61. Ein **Fliegenmittel** stand in der vorletzten Nummer des „Ratgeber". Es wird auch empfohlen, feingestoßenen scharfen Pfeffer mit Zuckersirup oder verdünntem Honig zu vermischen, die Masse auf Papier zu streichen und trocknen zu lassen. Braucht man das Papier, so wird ein Stück auf einen Teller gelegt und mit Zuckerwasser angefeuchtet. Die Insekten gehen am Genusse des Pfeffers zugrunde. Sehr schön nehmen sich aber diese Fliegenleichen, die überall herumliegen, nicht aus. L.

62. Sie bringen Ihre Süßigkeiten am besten statt in oder auf einem hölzernen Schranke an einem Orte unter, wo alle Spalten und Ritzen, die den **Ameisen** den Zugang ermöglichen, vermauert sind; verfügen Sie nicht über ein solches Zimmer noch Kästchen, so dienen den ganzen Sommer über am allerbesten die Ofenröhren und ebenso der Raum, in welchem im Winter das Feuer brennt. Zum vertreiben der Ameisen finden Sie Mittel und Ratschläge in allen frühern Ratgeber-Jahrgängen. R.

62. Der Speck lockt die **Ameisen** an. Bestreichen Sie einen Teller dünn damit, die Tierchen sammeln sich dann bald auf dem „Festplatz", wo sie festgehalten werden. Ist der Teller voll, so streicht man mit einem Lappen die Ameisen ab und fängt von vorne an. Auch Schwefel oder pulverisierter Kampfer in die Fugen und Ritzen gestreut, aus denen die Tiere kommen, vertreibt sie. Frau B.

62. Wenn Sie die Speisen und Töpfe, denen die **Ameisen** allzuoft und zu zahlreich ihre Besuche abstatten, ins Wasser stellen, werden die Plagegeister fernbleiben. Fangen können Sie die Tierchen, wenn Sie einen glasierten Topf mit dünnem Sirup füllen und mit dunklem Papier, das in der Mitte ein Loch, in der Größe eines Fünfrappenstücks hat, zubinden. Die Tiere gehen in diese Falle und sind verloren. Fips.

63. Wer weiß, ob Sie auf Ihre Frage genauen Aufschluß bekommen? Sind doch oft gerade die tüchtigsten und erfahrensten Hausfrauen nicht dazu zu bringen, mit der Feder in der Hand einer Mitschwester zu raten und zu helfen. Warum, weiß ich nicht. Gehen Sie zu Huber-Hotz, Haushaltungsartikel-Geschäft, Großmünsterplatz, Zürich. Dort finden Sie gewiß einen passenden **Backofen** für Ihren Gasherd. Große und leistungsfähige Firmen auf diesem Gebiete sind Erpf unterm Zürcherhof und Gysler-Wunderli, Sonnenquai. Letztere führt als Spezialität komplete Küchenausstattungen. Zürcherin.

Fragen.

64, Könnte mir eine der werten Abonnentinnen mitteilen, wo man die **Kasserollen** aus Ton zum Kartoffelbraten, sogenannte „Feuerteufel" beziehen könnte und zu welchem Preis. Die betr. Kasserollen sollen aus Lyon stammen und hauptsächlich noch in der französischen Schweiz im Gebrauche sein. Für gütige Auskunft wäre ich sehr dankbar. Frau H.

65. Wie behandelt man **Pitch-Pine-Böden**? Für gute Auskunft dankt Abonnentin in M.

66. Könnte mir vielleicht eine w. Abonnentin ein Rezept angeben, wie man am besten **Essigzwetschgen** schmackhaft einmacht? Für gütige Auskunft dankt zum voraus bestens
Frau B. in L.

Hausfrauen!
Das beste Emailgeschirr der Welt
ist das mit dieser Schutzmarke versehene
Neue Amberger Gesundheits-Kochgeschirr

aussen und innen grau,
aussen braun, innen granit.
Es bewährt sich als das beste, billigste und schönste Geschirr für alle Zwecke des Haushaltes. — Garantie für Feuer- und Säure-Beständigkeit.
Zu haben in allen Küchen- und Haushaltungsgeschäften.
Wo nicht erhältlich, werden Adressen nachgewiesen.
Alleinverkauf für die Schweiz:
Ernst Walcker & Cie., Zürich.

Für 6 Franken
versenden franko gegen Nachnahme brutto 5 Ko. ff.
Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen).
Bergmann & Co.,
Wiedikon-Zürich.