

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

Band: 14 (1907)

Heft: 1

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 24.05.2025

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



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

Nr. 1. XIV. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
24 Nummern

Zürich, 5. Januar 1907.

Es sei dir allzeit rechter Ernst,
Was du auch tust, treibst, sinnst und lernst.
Die Halbheit taugt in keinem Stück
Und tritt noch hinter's Nichts zurück.



Ueber Hausmittel.

Bei der Behandlung plötzlicher Erkrankungen, bei Unglücksfällen, Vergiftungen etc., die wir im Haus bis zur Ankunft des Arztes selbst vornehmen, werden oft Substanzen verwendet, die nicht nur nichts nützen, sondern direkt schädlich auf den menschlichen Organismus einwirken. Es empfiehlt sich daher, die Aufmerksamkeit unserer Leserinnen auf eine Reihe von guten Hausmitteln hinzulenken, die Sanitätsrat Dr. O. Wolff in „Das Rote Kreuz“ zusammengestellt hat.

Er schreibt: Der Zucker ist bekannt als schleimlösendes Mittel, daher die verschiedenen Bonbons, welche man gegen Husten gibt, meist durch ihren Zuckergehalt wirken.

Die einfachste und geschmackvollste Form seiner Anwendung ist das Zuckerwasser,

welches ja auch von Kindern stets gern genommen wird. Man gibt es, besonders warm getrunken, gegen Husten, Halsentzündung, Heiserkeit und Lungenkatarrh. Doch auch als Gegengift, ist es ein sofort und leicht zu beschaffendes Mittel bei Vergiftung mit Metallsalzen, Aetzlaugen und Mineralsäuren. Man reicht es dann in großen Dosen (ein Liter Zuckerwasser, rasch hintereinander ausgetrunken).

Der Zucker hat auch leicht abführende Eigenschaften und man gibt daher das Zuckerwasser als mildes Mittel bei Verstopfung der Kinder, auch in Rhytform, z. B. bei Säuglingen, etwas Zuckerwasser mit gleichen Teilen Milch gemischt.

Das Mehl kann innerlich ebenfalls bei Vergiftungen angewandt werden und zwar einige Teelöffel mit einem Glas Wasser gemischt, rasch ausgetrunken, gegen die ätzende Wirkung aller scharfen Gifte (Säuren, Alkalien, Sublimat) zum Schutze des Schlundes und des Magens. Außerlich wirkt das Mehl gut als leicht zu beschaffendes Deckungsmittel bei allen Verbrennungen; da es, dick auf die Brandwunden aufgestreut, dann von diesen die Luft abhält. Auch zu trockenen, warmen

Umschlägen, in Leinwandstücken gehüllt, eignet es sich sehr gut, um die Haut zu erwärmen und wird daher sehr gern angewandt bei Rheumatismus, Kolik und Blasenkatarrh.

Kartoffeln geben geschabt einen kühlenden Brei, der auf Brandwunden aufgetragen, sehr wohltuend wirkt. Auch kann man als kühlendes Mittel bei Fieber, Kopfschmerz und Gehirnkongestionen rohe Kartoffelscheiben auf die Stirn legen und durch ein Tuch befestigen.

Als belebendes Mittel wirkt der Kaffee bei allen Schwachzuständen des Nervensystems sehr gut, indem er die Gehirn- und Herztätigkeit momentan anregt. Daher ist eine Tasse starken schwarzen Kaffees sehr zu empfehlen bei Schwindelanfällen, Ohnmachten und bei Schwächen durch Blutverluste &c.

Die die Nerven und das Herz belebende Wirkung des Kaffees kann auch besonders bei allen diese Organe schwächenden Vergiftungen mit Vorteil Anwendung finden, besonders also bei Vergiftungen mit Opium, Morphinum, Atropin, Belladonna, Bilsenkraut, Mutterkorn und Herbstzeitlose, Alkohol, ebenso bei Fleisch-, Fisch-, Käse- und Pilzvergiftung.

Ganz ähnlich wie der Kaffee wirkt der Tee, nur ist seine Wirkung eine mildere. Den Unterschied zwischen beiden bezeichnet Jean Paul treffend, wenn er sagt: „Der Kaffee macht feurige Araber, der Tee zeremonielle Chinesen.“ Man reicht ihn daher ebenfalls als Belebungs- und Anregungsmittel und bei den Vergiftungen, die bei Kaffee angegeben sind. (Hier zwei Teelöffel auf eine Tasse Wasser, in kurzen Pausen auszutrinken.)

Eine herrliche Frucht, welche die gütige Natur uns geschenkt hat, ist die Zitrone. Zunächst ist die Zitronenlimonade ein wohl-schmeckendes und erfrischendes Getränk für Gesunde wie Kranke. Für letztere besonders bei Fieber, wo es von allen Patienten als durstlöschendes Mittel sehr gern genommen und meist allem andern Getränk vorgezogen wird. Ihre Wirkung ist eine dem Alkohol entgegengesetzte. Wäh-

rend dieser die Nerven und das Blut aufregt und in hohen Dosen sogar Delirium hervorrufen kann, wirkt die Zitrone auf das Blut kühlend, auf Gehirn und Nerven beruhigend.

Sehr gut wirkt Zitronenlimonade heiß getrunken als schweißtreibendes Mittel und findet daher bei allen Erkältungskrankheiten, bei Katarrhen und Rheumatismen häufig Anwendung.

Da der Zitronensäure auch eine desinfizierende Kraft inwohnt, findet sie auch als Gurgelwasser bei Geschwüren im Halse (Diphtherie, Mandel-Entzündungen) Anwendung.

Ferner wirkt der Zitronensaft, ähnlich wie der Essig, bei Vergiftungen mit kohlensäuren und ätzenden Alkalien (Natriumalkali, Kalilauge, Natronlauge, Ammoniak) und gibt man denselben, mit 5 bis 10 Teilen Wasser verdünnt, einviertelstündlich ein Weinglas.

Außerlich wendet man die Zitronen zu Einreibungen der Haut an, um bei bettlägerigen Kranken das Ausliegen zu verhüten, am einfachsten in der Weise, daß man mehrmals am Tage mit einer durchschnittenen Zitrone die Kreuzgegend einreibt. Auch gegen Leberflecken und Sommersprossen wird das Einreiben mit reinem Zitronensaft gerühmt und sogar gegen Ausfall der Haare, welche infolge schwächender Krankheit eintritt, soll es günstig wirken.

Als kühlendes Mittel bei Fieber, Hitze im Kopf und Kopfschmerzen werden Zitronenscheiben, auf die Stirn gelegt und mit einem Tuch befestigt, empfohlen. (Auch Warzen, Hühneraugen &c. lassen sich durch auflegen von Zitronenscheiben erweichen.)

Von den aus dem Mineralreich stammenden Produkten kommt hier zunächst das Kochsalz in Betracht, das bei Vergiftungen mit Silbersalzen (Höllenstein) gute Dienste leistet. Man löst zu diesem Zweck einen gehäuften Eßlöffel Kochsalz in einem Glase Wasser auf und läßt dasselbe in kurzen Pausen austrinken. Ferner wirkt dasselbe günstig bei starken Lungenblutungen (Blutsturz), indem man einen Eßlöffel voll trocken oder in wenig Wasser

gelöst, nehmen läßt. Außerlich findet das Rochsalz Anwendung als Gurgelwasser (ein Teelöffel auf 1 Glas Wasser) bei chronischen Halsentzündungen und Heiserkeit und als Rhytster (einen Eßlöffel auf $\frac{1}{2}$ Liter Wasser zum Einguß).

Will man die vom Gehirn ableitende Wirkung eines heißen Fußbades verstärken, so setzt man 250 Gr. Rochsalz dem Bade zu.

Auch die Seife kann bei Vergiftungen mit Mineralsäuren (Salpeter-, Salz-, Schwefelsäure) gute Dienste leisten, indem man eine konzentrierte Lösung in Wasser trinken läßt.

Außerlich dient die Seife als Zusatz zu Rhystieren, wodurch die abführende Wirkung derselben vermehrt wird. Eine beliebte Anwendung, besonders bei Kindern, ist auch die zu abführenden Stuhlzäpfchen.

Ueber den Wert des Essigs als Hausmittel haben wir schon in einer früheren Nummer berichtet.

(Schluß folgt.)



*** Kutteln. ***

Kutteln oder Kaldaunen heißen die Baueingeweide der größeren Schlachtthiere mit Einschluß des Gefröses d. h. der Bauchfellfalten mit Ausschluß der Leber und Milz. Die Kutteln enthalten ähnliche Nahrungsstoffe wie das Fleisch, etwas Fett und Leim, sind aber blasser in der Farbe als Fleisch.

Kutteln sollen sich durch Nahrhaftigkeit und Leichtverdaulichkeit auszeichnen, so daß sie ohne Bedenken in der Krankenfürche Verwendung finden können. Habs behauptet in seinem Appetitlexikon, daß sie so schnell und leicht zu verdauen seien, daß man um zwei Uhr mit dieser Kost vollkommen gesättigt sein und um vier Uhr vor Hunger in Ohnmacht fallen könne.

Kutteln müssen, ehe sie für den Gebrauch fertig sind, vorher tüchtig gereinigt, gewässert und abgekocht werden, was an den meisten Orten der Kuttler besorgt. Das

Kochen allein nimmt 6—8 Stunden in Anspruch. Wo man diese Arbeit selber vorzunehmen hat, wässert man die Kutteln über Nacht, reibt sie am folgenden Morgen gut mit Mehl und Salz ab, setzt sie mit kaltem Wasser zum Feuer und läßt sie bis zum Kochen kommen, gießt das Wasser ab und wiederholt dieses Verfahren noch einmal, wobei man sie einige Male aufkochen läßt. In kaltes Wasser geworfen, läßt man sie stehen und macht einen Sud aus Wasser, dem man ein Glas Essig, Zwiebelscheiben, Salz, Pfefferkörner, Nelken, Lorbeerblatt und Wurzelwerk zusetzt. Darin läßt man die Kutteln mitkochen. Abgekühlt schneidet man dieselben nach Belieben entweder in feine Streifen wie Nudeln oder auch in länglich-viereckige Stückchen, je nachdem man sie zu verwenden gedenkt. Hier einige Rezepte.

Kutteln in weißer Sauce. Man dampft eine Zwiebel in Butter, läßt einen Löffel Mehl mit anziehen, löscht dies mit der Kuttelbrühe, würzt mit Salz, Muskatnuß, einigen Zitronenscheiben oder -Schalen und einigen Löffeln Essig. In diese etwas feimige Sauce gibt man die in Stückchen geschnittenen Kutteln und läßt sie noch etwas dampfen.

Eine feinere Art der Zubereitung ist folgende: Man macht eine lichtbraune Mehlschwitze, löscht diese mit Fleischbrühe, setzt Zwiebeln, Zitronenscheiben, Essig und etwas Majoran zu und läßt die Sauce kochen, bis sie feimig ist. Dann gibt man die nudelartig feingeschnittenen Kutteln hinein, läßt sie mit anziehen und gibt beim Anrichten geröstete Brosamen darüber.

Geröstete Kutteln. Die Kutteln werden in Flecke geschnitten. In einer Pfanne macht man beliebiges Fett heiß, gibt die Kuttelflecke hinein, röstet sie unter öfterem Umdrehen und gießt etwas gute Bouillon dazu, so daß eine kurze Sauce entsteht.

Gebratene Kutteln. Hierzu sollen die vorher gut abgekochten Kutteln in Essig gelegen haben. Man nimmt die in Stückchen geschnittenen Kutteln heraus,

dreht sie in Mehl um und bratet sie mit Apfelscheiben in Fett gelb.

Gebackene Rutteln. Nachdem dieselben gar gekocht, nimmt man sie aus der Brühe, drückt sie aus, schneidet Stücken davon, wickelt diese auf, taucht sie in verklopftes Ei, bestreut sie mit gemischtem Roggen- und Weizenmehl und Salz und backt sie in Fett.

Gedämpfte Rutteln. In Butter schwitzt man eine Zwiebel hellgelb, fügt die nudelig geschnittenen Rutteln zu, etwas Pfeffer, Salz, einige Löffel Essig oder Zitronensaft, erhitzt alles über dem Feuer 8—10 Minuten, gibt etwas feingehackte Petersilie darüber und serviert sofort.

Rutteln in feiner weißer Sauce. Etwa zwei Kochlöffel Mehl werden in guter Butter anziehen gelassen, mit Fleischbrühe gelöscht, ein Glas Wein daran gegeben und etwas Zwiebel, Lorbeerblatt, Muskatblüte, Ingwer und feingehackte Zitronenschale. Darin läßt man das feingehackte Gefröse anziehen, gibt beim Anrichten einige Löffel Kapern dazu, leiert mit einem Eigelb und würzt mit 10—12 Tropfen Maggi.

Nach meiner langjährigen Erfahrung ist die Verwendung von Rutteln zu Salat die am meisten zu empfehlende. Nachdem dieselben in der vorher beschriebenen Weise abgekocht, werden sie wie Nudeln möglichst fein geschnitten, mit Essig, Salz, Lorbeer und Zwiebelscheiben in einen Steintopf geschichtet. Steht der Essig nur über den Rutteln, so kann man sie Wochen lang erhalten. Beim Gebrauch holt man die notwendige Portion heraus und macht sie an, wie jeden anderen Salat, gibt feingehackte Zwiebel und wer es liebt etwas fein geschnittenen Korbblütler darüber. Dies sieht nicht nur sehr schön aus, sondern hebt auch den Geschmack.

Ein gastronomischer Schriftsteller meint: „Bei dem starken Leimgehalt der Rutteln sind geröstete eine absolute Ungeheuerlichkeit, die aber nichtsdestoweniger immer wieder vorkommt, obgleich jede honette Zunge sich durch dieses wunderliche Gericht tödlich beleidigen muß.“ Viel, der be-

kannte Diätetiker empfiehlt, sie mit Weißwein zu marinieren und dann mit Kapern anzurichten.

Als Salat sind sie eine angenehme Beilage zu Rindfleisch oder gesottene Kartoffeln. „Die Frischhaltung.“ Frau B.



Vegetarischer Kochkurs.

Zu einer Zeit, wo der Vegetarismus einerseits immer mehr an Boden gewinnt, wo aber andererseits seine Anhänger noch viel Mißachtung, ja Spott ernten, muß es freudig begrüßt werden, daß man durch Veranstaltung von vegetarischen Kochkursen bestrebt ist, die krassen Vorurteile zu beseitigen. Ein solcher Kurs wurde kürzlich in Basel von der durch ihre Schriften bekannten Frau Martha Rammelmeyer aus Friedensfeld bei Sarnen abgehalten. Eingeleitet wurde dieser durch einen Vortrag über das geflügelte Wort Friedrichs des Großen: „Alle Kultur geht vom Magen aus“. In ihrer feinen Art wußte die Rednerin auf überzeugende Weise die Vorurteile der vegetarischen Lebensweise für Gesunde und Kranke zu schildern; es gelang ihr, durch ihre Ausführungen Anhänger zu gewinnen und die alten Freunde in ihrer Auffassung zu bestärken.

Der 10tägige Kochkurs befriedigte alle Teilnehmerinnen aufs höchste, denn alles Gekochte wurde stets mit dem größten Appetit verspeist und jede Anwesende wurde davon überzeugt, daß es sich auch ohne das obligate Stück Fleisch und Gläschen Wein nicht nur eben so gut, sondern noch besser leben läßt. Die Leiterin wußte aus ihrem Schatzkästlein stets neue, gute Gerichte hervorzuzaubern, so daß in den Menüs die größte Abwechslung herrschte. Die in kurzer Zeit erworbenen Kenntnisse haben sehr befriedigt. Es wäre nur zu wünschen, daß solche vegetarische Kochkurse überall an die Hand genommen würden, denn in allererster Linie wird die vegetarische Diät in den meisten Krankheiten verschrieben — was hilft aber ein Rezept, das aus Unkenntnis nicht befolgt

werden kann? Dieser Unkenntnis kann nur durch praktische Aufklärung abgeholfen werden. Das Kochbuch von Frau Martha Rammelmeyer „Die vegetarische Küche“ sei auch an dieser Stelle aufs wärmste empfohlen. F.



Haushalt.



Kochproben. Schon oft hörte ich Frauen sich beklagen, daß man nun nicht wisse, was anfangen mit den Kochbüchern, wenn die entseuhteten Witschi-Produkte sich bewähren sollten. Ich fing deshalb an, in meinem Kochbuch „Gritli in der Küche“ diejenigen Rezepte auszusuchen, in welchen die bekanntesten der entseuhteten Produkte zur Verwendung gelangen können und berechnete, welche Gewichts-Veränderungen vorgenommen werden müssen. Bei jedem Rezept machte ich gleich die praktische Kochprobe. Ich erprobte zuerst die Speisemehle und Grieße. Nach dreiwöchigen Versuchen kann ich den werten Mitabonnentinnen folgende kurze Regeln zur Beachtung empfehlen:

I. Bei Bereitung von Mehlsuppen, braunen Saucen etc. kann man das angegebene Quantum Mehl nehmen, dieses muß aber in 8–10 Minuten in Butter gelb geröstet, dann abgeseiht und in der selben Pfanne noch 10 Minuten gekocht werden. Nach dieser Zeit ist die Suppe sehr schmackhaft und nährend.

II. Bei den meisten Saucen zu Fischen, Zunge, Blumenkohl, Rübli etc. kann man den vierten Löffel Mehl sparen und erzielt dennoch viel kräftiger schmeckende Saucen, selbst wenn man statt drei nur zwei Eier nimmt und nebstdem nur $\frac{2}{3}$ der früheren Kochzeit braucht.

III. Bei allen Speisen, speziell allen Arten Rübli richtet man sich nach folgender Regel: Bei allen Rezepten, die Vollmilch verlangen, nehme man abgerahmte; wenn man gleichviel Mehl nimmt, so braucht es $\frac{1}{3}$ mehr Milch zur nämlichen Teigmasse, sonst aber nicht mehr Eier oder andere Zutaten; es gibt dabei $\frac{3}{10}$ mehr Speisemasse von sehr kräftigem Geschmack.

IV. Das Nämliche, was bei diesen Speisen, kann man bei Bereitung von allem Hefengebäck beobachten. Der Vorteil ist hier noch größer, man kann wohl die Hälfte Eier sparen, wenn man auf 1 Kilo Mehl 100 Gr. Milchpulver beisetzt. Man muß aber etwas mehr Hefe nehmen. Man erzielt dabei wohl $\frac{1}{3}$ mehr Gebäck, ohne irgend welche Beeinträchtigung des guten Geschmacks. — Wer also genanntes Kochbuch besitzt und Witschi-Produkte in der Küche braucht, kann es mit den hier angegebenen Abänderungen gut verwenden. W.

Palmeol. Die „Erste schweizerische Kokos- und Pflanzenfett-Werke Schenker & S n a n z“

erzeugen in ihrer Alstettener Fabrik ein vorzügliches und absolut reines Naturpflanzensfett, welches aus der Frucht der Kokospalme — den Kokosnüssen — gewonnen und nach einem patentierten verlässlichen Verfahren raffiniert unter der Bezeichnung „Palmeol“ als Speisefett ersten Ranges in den Handel gebracht wird, während bisher zu Speisezwecken verwendbare Pflanzenfette nur aus dem Auslande importiert wurden.

„Palmeol“ ist vollkommen geruchlos, von angenehmem süßlichem Geschmack, hoher Haltbarkeit und eignet sich wie alle andern Speisefett-Arten sehr gut zum Kochen, Backen und Braten sowohl von Fleisch als auch Milch- und Mehlspeisen, Gemüse, Suppen etc. und bildet so mancher ökonomischen Hausfrau einen willkommenen Ersatz für die teure Naturbutter.

Das „Palmeol“ stellt sich im Preise viel billiger als eine gute Kuhbutter oder das zumelst aus Amerika importierte Schweinefett, über dessen zweifelhafte Herstellungsweise man in letzter Zeit aus den Chicagoer Enthüllungen genug zu hören und zu lesen bekam und ist deshalb „Palmeol“ für Haushaltungen, Restaurationen etc. sehr empfehlenswert; außerdem wird „Palmeol“ infolge seiner hygienischen Eigenschaften von medizinischen Autoritäten für nervöse und magenkränke, sowie an Verdauungsstörungen leidende Personen wärmstens empfohlen.

Erfrorene Kartoffeln und Äpfel taut man in der mäßig warmen Küche in kaltem Salzwasser auf. Auf 2 Liter Wasser rechnet man 150 Gr. Kochsalz. Fühlt man, daß die Äpfel, ebenso wie die Kartoffeln, dem Druck der Hand nachgeben, so sind sie aufgetaut, dann wäscht man sie in klarem Wasser nach. Äpfel trocknet man mit einem Tuche ab und verbraucht sie bald zum Kochen. Kartoffeln taut man immer nur so viel auf, wie man für zwei Tage brauchen will. Das Salzwasser kann man einige Male benutzen. Erfrorene Äpfel und Kartoffeln sind ebenfalls genießbar, wenn man sie geschält in gefrorenem Zustand in kochendes Wasser schüttet und darin gar kocht.

Unsauber gewordenes, weißes Pelzwerk kann man reinigen, indem man es mit ein in in Benzin getränkten Lappen strichweise abreibt, um dann feinpulverisierte Kreide darauf zu streuen und es wennmöglich an die Sonne zu hängen. Nach einiger Zeit bürstet man die Kreide mit einer reinen Bürste ab.

Nasses Pelzwerk soll nie in der Nähe des Ofens getrocknet werden. W.

Weiße Reiherfedern, die grau oder unansehnlich wurden, wäscht man in einem Seisenbade, das man herstellt, indem man klein geschnittene Marseiller Seife in weichem, lauwarmem Wasser auflöst. Die Federn werden so lange hin und hergeschwenkt, bis sie nicht mehr grau erscheinen. Dann zieht man die Federn durch die Hand, um das Wasser zu entfernen, und klopft sie schließlich, während sie auf der linken Hand

liegen, so lange mit der rechten Hand, bis die kleinen nassen Flocken verschwinden. Zum Schluß streue man ganz fein gestoßene, weiße Kreide auf die Fäden und schlägt sie nochmals so lange sanft mit der Hand, bis sie trocken sind. W.

Weisse Spitzenschleier werden auf ein weißes Leinentuch geheftet, wobei besonders zu beobachten ist, daß sich die Ränder nicht verzehren und dann in lauem Seifenwasser so lange gedrückt (nicht gerieben) bis sie völlig rein sind. Sie sind in kaltem Wasser nachzuspülen, werden dann ganz wenig in dünn gekochter Stärke gestärkt, zwischen den Händen geklopft und mit nicht zu heißem Eisen geglättet. A.

Graue Filzhüte werden mittelst eines Schwammes tüchtig abgerieben, den man in eine Mischung von 4 Eßlöffel Weingeist, 4 Eßlöffel Salmiakgeist und 1 Eßlöffel Salz tauchte. Je schmutziger die Hüte sind, desto häufiger muß das Abreiben wiederholt werden. Später läßt man die Hüte an einem luftigen Orte trocknen. A.



Kochrezepte.

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

Flädchen-Suppe. Zeit $\frac{1}{2}$ Stunde. 2 Eier, 150 Gr. Mehl, $\frac{1}{2}$ Deziliter Milch, Salz, 1 Liter Bouillon. Man backt 2 bis 3 recht dünne Pfannkuchen in der Omelettepfanne in sehr wenig Butter, gibt sie auf ein Brettchen, schneidet sie in längliche schmale Streifen und bringt sie in die Suppenschüssel. Wenig siedende Fleischbrühe darüber gegossen und zugedeckt etwas ziehen lassen. Den Rest der Fleischbrühe nachgegossen und serviert.

Kaninchen-fricassée. Zeit 1 Stunde. Das ganze Kaninchen ohne Kopf, Hals, Lunge und Leber, 2 Zwiebeln, 1 Kochlöffel Mehl, 100 Gr. Fett, 3 Dezil. Fleischbrühe, Petersilie, Sellerie-scheiben, $\frac{1}{2}$ Zitrone, 1 Eidotter, Gewürz. Das Fleisch wird in schöne Vorlegstücke zerlegt, in dem Mehl gewendet und im rauchheißen Fett mit den Zwiebeln angebraten, dann gießt man die Fleischbrühe oder Wasser siedend zu, fügt das Wurzelwerk und die Zitronenscheiben bei und läßt zugedeckt weich schmoren. Die Brühe wird durchgeseiht und mit dem Eidotter gebunden und über das Fleisch gegossen.

Panierte Wiener Schnitzel. Zeit $\frac{1}{2}$ Stunde. $\frac{1}{2}$ Kilo Kalbfleisch vom Schlegel, 250 Gr. Backfett, 1 Eiweiß, 100 Gr. Paniermehl, 1 Löffel Mehl, 20 Gr. frische Butter, Salz, Pfeffer, Zitronensaft. Die Schnitzel werden geklopft, mit Salz und Pfeffer leicht eingerieben, mit Mehl bestäubt, mit zerschnittenen Eiweiß bestrichen und in Paniermehl umgewendet. In halbschwimmendem Fett rasch knusperig gebacken, mit Zitronen-

saft beträufelt und die Butter darauf zerpflegt und auf den Plattenfond gelegt.

Saurer Mocken. Zeit 2 Stunden. 1 Kilo Rindfleisch (Geflügel, Huhn oder Schwanzfeder), 50 Gr. Fett, 2 Kochlöffel Mehl, 1 Löffel Zucker, 2 Deziliter Wein, 3 Deziliter Fleischbrühe, 1 bis 2 Löffel saurer Rahm, Zwiebel, Nelken, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Pfefferkörner, 1 Gelbrübe. Das Fleisch wird von sämtlichen Knochen befreit, tüchtig geklopft, in eine tiefe Schüssel gelegt und mit halb Wein, halb Essig übergossen. Die Gewürze legt man daneben. Je nach der Jahreszeit bleibt das Fleischstück 4–9 Tage in der Beize, worin es täglich umgewendet wird. Vor der Zubereitung wird es auf ein Sieb gelegt und abgetrocknet in einem Löffel heißem Fett auf allen Seiten schnell angebraten. Man vermeide jedoch das Hineinstecken. Im Rest des Fettes oder mit Speckwürfeln wird das Mehl und der Zucker braungeröstet, mit einem Teil des Beize-essigs abgelöscht, die Fleischbrühe oder heißes Wasser, der Wein, das nötige Salz beigelegt und die Sauce siedend über das Fleischstück gegossen. Es wird darin zugedeckt langsam weich gedämpft. Eine Beigabe von Rahm verfeinert das Gericht. Aus „Gritli in der Küche“.

Schwarzwurzel-Salat. Die Wurzeln werden geschabt, in Wasser mit Essig oder Zitronensaft und etwas Mehl geworfen, eine Stunde darin gelassen, dann in siedendem, gesalzenem Wasser mit ein wenig Butter weichgekocht, abgegossen, mit Salz, weißem Pfeffer, Öl und Essig oder einer Salat-Sauce angemacht, der man häufig feingebackten Estragon, Papinelle, Kerbel und Petersilie oder Brunnenkresse beimischt.

Lauch-Gemüse. Eine Anzahl Porrézwiebeln werden gepuzt, bis an die grünen Blätter abgeschnitten, gewaschen, in Salzwasser weichgekocht, in frischem Wasser abgekühlt, ausgedrückt und ziemlich fein gehackt; hierauf bereitet man eine Mehlschwitze aus 125 Gramm Butter und zwei Kochlöffeln Mehl, läßt den Lauch darin aufkochen, rührt das Gemüse mit einer halben Obertasse süßem Rahm oder Milch ab, würzt es mit etwas Muskatnuß und gibt es zu Kalbs-Koteletten, Fricandellen u. dergl.; zuweilen tut man auch sauren Rahm anstatt des süßen an den Lauch.

Apfelküchli. Gute Backäpfel werden geschält und in vier Teile oder in Scheiben geschnitten; dann werden 4 Löffel Mehl mit 1 Löffel Zucker und etwas lauwarmen Wein zu einem ziemlich flüssigen, doch nicht zu dünnen Teig verrührt, die Äpfel darin umgewendet und in heißer Butter langsam schön gelb gebacken, auf den Rost oder vorher bereit gelegte Brotschnitten zum abtrocknen gebracht und mit Zucker und Zimmt bestreut. A.

Nuss-Mehlspeise, kalte. 250 Gramm geschälte frische Nüsse stößt man mit $\frac{1}{4}$ Liter fettem süßem Rahm und prägt sie mehrmals durch ein in kochendem Wasser gebrühtes Tuch, wie Mandelmilch; hierzu mischt man 16 Gramm aufgelöste

Gelatine, 125 Gramm Zucker und $\frac{3}{4}$ Liter zu Schaum geschlagenen Rahm, füllt alles in eine mit Biscuit ausgelegte Schale oder Schüssel und läßt die Spise auf Eis starr werden.

Linzertorte. 375 Gr. Butter werden schaumig gerührt, 375 Gr. gestoßenen Zucker, 375 Gr. geschälte und fein gestoßene Mandeln, worunter circa 30 Gr. bittere, und die Schale einer Zitrone, sowie deren Saft dazugegeben, gut verrührt, dann 5 Eier nach und nach dazu gerührt und zuletzt 375 Gr. Mehl damit vermengt. Eine Tortenform wird gut mit Butter bestrichen und mit Mehl bestreut, dann die Hälfte von dem Teig daraufgetan, glattgestrichen, mit etwas Eingemachtem oder nachstehender Fülle bestrichen und mit der anderen Teighälfte zugedeckt. — Fülle: 2 Gläser Wein läßt man mit Zucker, Zimtstange, Zitrone und 250 Gr. Weinbeeren und Rosinen dick einkochen. Bevor man diese Fülle verwenden will, läßt man sie erkalten. R.

Orangen-Marmelade mit Zitronen. Auf $\frac{1}{2}$ Kilo Orangen kommt 1 Kilo Zucker, der Saft von 3 Zitronen und 1 Liter Wasser. Der Zucker wird in dem Wasser dick gekocht, der Saft dazu getan und die von Kernen befreiten, in Stücke geschnittenen Orangen ebenfalls. Das Ganze kocht man 1 Stunde, bis es der Marmelade ähnlich aussieht.

Gesundheitspflege.

Frostbeulen an den Füßen befallen in erster Linie Kinder, schwächliche Personen und Bleichsüchtige. Enges Schuhzeug und ebensolche Strumpfbänder befördern das Uebel. Wer leicht zu Frostbeulen neigt, tut gut, im Sommer eine kräftige Durchblutung der Füße zu erreichen. Zu diesem Zwecke empfiehlt Dr. F. Schönerberger in seinem Werke „Lebenskunst — Heilkunst“ die von Professor Bier eingeführten Heißluftanwendungen, die leicht in jedem Privathaus vorgenommen werden können. Wo diese nicht ausführbar sind, empfiehlt er, die Füße längere Zeit in heißes Wasser zu tauchen oder Wechselfußbäder zu nehmen. Dem Wasser ist ein Absud von Kleie oder Malz zuzusetzen. Auch Abdampfungen und elektrische Bestrahlungen haben gute Wirkung. Man reibe die Füße auch viel an- und aufeinander und setze sie möglichst viel der Sonne aus. Weites, durchlässiges Schuhzeug ist zu tragen. Man bewege sich viel in frischer Luft, bade fleißig und suche überhaupt die Blutzirkulation in der ganzen Haut anzuregen. Wenn die Füße im Winter zu jucken beginnen, so ist abends feuchte Verbandwatte anzulegen und gut mit Watte zu bedecken. Den eingangs empfohlenen Wechselbädern kann statt Kleie oder Malz auch Alaun (500 Gr. auf 1 Liter Wasser) beigegeben werden. — Die Heißluft-Anwendungen sind auch bei aufgebrochenen und eiternden Stellen zu empfehlen. Statt dessen dampft man sie 20–25 Minuten an oder legt

eine Stunde lang Dampfkompresen (Verbandwatte) auf. Man tupft dann ab, streut Reispulver oder Kartoffelmehl auf, bedeckt mit Watte und bindet eine Mullbinde darüber. Vor diesen Anwendungen wird die Watte in lauem Wasser erweicht und die Wunde durch Abtupfen vom Eiter gereinigt. — Was hier von den erfrorenen Füßen gesagt ist, kann auch für die Hände gelten.



Kinderpflege und -Erziehung.



In ihrer Schrift „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“ schreibt Frau Dr. Marie Heim über die Kleidung der Säuglinge: Winterkinder sollen immer mit wollenen Unterjäckchen, lieber mit gestrickten als mit genähten, gekleidet werden, im strengsten Winter sollte auch das Oberschlüttchen von Wolle sein. Bei zu leichter Kleidung müssen die Neugeborenen einen Teil ihrer Körperkräfte hergeben, um die mangelnde äußere Wärme zu ersetzen. Erst bei richtiger dauernder Frühlingswärme soll die Wolle durch Baumwolle (vorzüglich sind die Jäckchen aus sogenannter Reformbaumwolle) vertauscht werden. Zum Empfang für ein Kindlein halte man immerhin für die ersten 2 Monate wollene Unterschlüttchen oder baumwollene gestrickte Oberschlüttchen bereit. Bei warmem Sommerwetter aber wird ein baumwollenes kurzärmeliges Hemdchen und ein gestricktes Baumwollschlüttchen genügen; größeren Kindern läßt man die ganzen Armechen bloß, daneben sollen sie baumwollene Windelhöschen und kurze Kleidchen tragen. Man Sorge wo möglich für soviel Auswahl und Abstufung in der Wärme der Kleidchen, daß das Kindlein nach dem Thermometer, das im Zimmer nicht fehlen soll, nicht nach dem Kalender gekleidet werden kann. Man sei auch namentlich für recht weite Ärmel und für gut übereinander schließende Rückenteile besorgt. Bei jeder Erkältung nimmt man wieder die wollenen Unterkleidchen hervor. Neugeborene sollen auch mitten im Sommer bei kühlem Wetter Wolle tragen. Die planmäßige Abhärtung gehört normalerweise erst ins zweite und dritte Lebensjahr, wo tüchtig mit kaltem Wasser nachgeholfen werden kann. Das Köpfchen lasse man unbedeckt, im Sommer auch im Freien; nur bei Husten und Schnupfen ist im Zimmer, bei Wind im Freien ein Häubchen am Platz.



Gartenbau und Blumenzucht.



Zimmerpflanzen, die nahe beim Fenster stehen, können in kalten Nächten leicht von der Kälte beschädigt werden. Ein über jede Pflanze gedeckter Bogen Papier kann das, wenn die Kälte nicht allzugroß ist, leicht verhindern, denn Papier ist ein sehr schlechter Wärmeleiter. Ein anderes Mittel besteht darin, Schalen oder Tassen mit Wasser zwischen den Pflanzen zu verteilen, wenn

man das Eindringen des Frostes in das Zimmer fürchtet. Das Wasser muß in den Gefäßen auf der Oberfläche erstarren, bevor die Pflanzen erfrieren; da es aber seine Wärme nur langsam abgibt, so ist die Gefahr des Erfrierens der Pflanzen sehr vermindert.

Tierzucht.

Prakt., besonders zur Winterszeit, die nützlichen **Vögel im Garten!** Bietet ihnen Futterplätze, geeignete Schupswinkel und schützt sie vor ihren Feinden. Es gibt ja nichts einfacheres, als ein paar Specksvarten oder aufgeschlagene Knochenstücke an den Bäumen aufzuhängen — gar zahlreiche Meisen (seien es die niedlichen Blaumeisen, die Kohlmeisen oder andere Arten dieser reizenden Gattung) Goldhähnchen, Baumläufer, Kleiber und Zaunkönige werden es uns danken. Sie werden nicht nur unser Gärthen anmutig beleben, sondern vor allem jeden Winkel, jedes Astchen, jedes Knöspchen mit ihren blühenden Augenlein durchmustern und emsig von früh bis spät mit geschickten Schnabelhieben tausend und abertausend Eier, Köpchen und entwickelte Insekten töten und verzehren. Und ein Reisighausen findet überall Platz, wo sie geschützt gegen Feinde und Anbilden der Witterung sich verbergen können, auch Nistkästchen sind leicht anzubringen, ja ganze Futterhäuschen, die dann obendrein eine Quelle des Studiums für die Vogelfreunde sein werden. Wo Wasser in der Nähe fließt, Sorge man dafür, daß ständig ein offener Fleck bleibe, damit die Vögel zur Tränke fliegen können. Auch Rotkehlchen, Bachstelze, Fink, Ziffig, Hänfling u. s. w., alle unsere so beliebten Sänger sind uns im Winter nützlich und für jegliche Pflege und Schutz dankbar. Vor allem schützt man sie gegen Katzen, Marder, Wiesel, Iltis, sowie gegen Raubvögel und nicht zuletzt gegen den Würger oder Neuntöter, diesen so schmucken, aber mordgierigen Gesellen. Wo all diese nützlichen Vögel recht geholt und erhalten werden, da werden die Insekten sehr vermindert und mancher Apfel, manche Birne heimt die Hausfrau im Herbst mehr ein. Auch Kohl, Kraut u. s. w. wird im Gemüsegarten üppiger wachsen und manche Rose wird Garten und Zimmer verschönern, die ohne unsere treuen Insektenfresser dem Verderben anheimfallen würde.

H. S.

* Frage-Ecke. *

Antworten.

93. Ich wäre gerne bereit, Ihnen wöchentlich zirka 1 Duzend ganz frische Eier (später event. mehr) zu überlassen. Ich berechne momentan per Stück 14 Cts. Frau Dr. A. Grau, Niederhasli St. Zürich.

93. Zwei Angebote von Lieferanten frischer Eier wurden der Fragestellerin direkt zugest. H. S.

94. Leder sollte nie mit Wasser behandelt werden, sondern mit Fett. Versuchen Sie, ob der Teppich sich wieder erweichen läßt, indem Sie ihn wiederholt mit Öl oder Schuhschmalz einreiben. Sollte er wieder schmierig werden, so kann Terpentin oder Benzin zum Entfernen der Flecken wohl gute Dienste leisten. Hausfrau in B.

95. Ein solches Buch ist mir nicht bekannt, wohl aber eine Zeitschrift: „Die Grosse Kinder-Modenwelt“ (jährlicher Abonnementspreis zu Fr. 3.— inklusive Bestellgebühr, vierteljährlich 80 Cts.) die Ihren Wünschen event. entsprechen dürfte. Guten Erfolg wünscht Ihnen

Frau Dr. A. G.

95. In vorletzter Nummer des „Frauenheim“ Seite 683 wurde ein sehr praktisches Werk „Die perfekte Schneiderin“ in 20 Heften zur Anschaffung empfohlen. Ich habe mir dasselbe in einer Buchhandlung zeigen lassen und bin erstaunt, wie vielseitig die darin enthaltene Belehrung ist. Wenn Ihnen der Preis, 10 Mark, zu hoch ist, für das Ganze, so kaufen Sie einzelne Hefte, die gerade das enthalten, was Sie speziell wissen möchten.

Hausmütterchen.

Fragen.

1. Wie kann man sich am leichtesten noch rasch in die Hausgeschäfte einführen lassen, wenn man nur zirka vier Wochen zu dem Zwecke vor sich hat? Meine Freundin ist verlobt, hat aber seit jungen Jahren immer eine Stelle in einem Geschäft inne gehabt, konnte also hauswirtschaftlich nie so recht tüchtig werden. Gelesen hat sie viel darüber und gedenkt auch das „Grilli“ Tag für Tag zu Rate zu ziehen, aber damit ist doch nicht alles getan. Wer hat einen guten Rat für sie?

Treue Freundin.

2. Wie kann man verhindern, daß Mandelteig zu Zimmern beim Ausstechen mittels Formen an denselben und am Teigbrett kleben bleiben?

Hausfrau in B.

3. Wie beseitigt man Obstflecken aus Kinderschürzen?

E. S.

Das Ideal- Haushaltungsbuch der Schweizerfrau

entspricht allen Anforderungen, die an ein einfaches, übersichtliches, zur Sparsamkeit anregendes Haushaltungsbuch gestellt werden können. Beim Verlage des „Schweizer Frauenheim“ (W. Coradi-Maag, Buchdruckerei, Zürich) oder im Buchhandel à 1 Fr. zu beziehen.