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

Band: 14 (1907)

Heft: 9

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

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.

№ 9. XIV. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | **Zürich,** 11. Mai 1907.

Ja, es ist eine Lust zu leben,
Niemals sollte die Hoffnung ruhn!
Wieviel Schönes kann sich begeben,
Wieviel Gutes können wir tun!

Vom Einkaufen.

(Nachdruck verboten.)

Wie ein „Sesam, tu dich auf!“ wirkt bei vielen Hausfrauen das Wort „Ausverkauf“ oder „teilweise Liquidation“. Mit Eifer werden die Schaufenster dieser Magazine studiert, wenn sie — notabene — nicht mit Ausverkaufzetteln beklebt sind. Und weil der Stoff gar so billig, die Bluse oder der Mantel so sehr im Preise heruntergesetzt ist, sollte man die Gelegenheit nicht versäumen und doch etwas kaufen. Im Magazin stoßen sich die Damen, nicht nur Frauen, die Sachen werden eilig probiert und kritisiert, eine der Käuferinnen regt die andere an, und im „Hui“ hat jede ein Paket im Arm, den Beutel ziemlich leer und befriedigt eilen sie nach Hause, um dort mit den so außerordentlich billigen Sachen zu renommieren.

Manche dieser Frauen reut es hinterher, so auf den Leim gegangen zu sein. Beim hellen Tageslicht sehen die Sachen nicht mehr frisch aus, der Stoff hat da und dort Flecken vom langen Liegen oder Fehler in Farbe oder Gewebe, die Bluse oder die Jacke müssen besser gefüttert oder genäht werden, kurz, gar manche Frau sieht ein, daß der „Schick“, den sie machte, eigentlich doch keiner sei.

Mit diesem Eifer, recht billig einzukaufen, rechnen die Kaufleute mehr als man ahnt; die Frauen wollens ja billig haben. So wird manches Lager rasch und auf gute Weise reduziert, die „Ladengaumer“ finden Absatz. Würde hingegen ohne „Ausverkaufsanzeige“ der Kaufmann seine Klienten auf seine zurückgesetzten Waren, die nicht mehr ganz frisch oder in Dessin und Schnitt weniger modern sind, aufmerksam machen, welch' ungnädiges Gesicht bekäme er zu sehen.

Und doch würde der Hinweis auf diese Sachen von mancher einsichtigen Hausfrau, die nicht meint, sie müsse das Neueste und Modernste haben, recht dankbar empfunden. Geschickte Hände würden kleine Änderungen gerne vornehmen und wer

weiß, ob außer dem niedrigen Preise auch die Art des Stoffes dem Geschmack der Käuferin nicht besser entspräche?

Nach und nach wird der Kaufmann Menschenkenner; nicht nur lernt er die prompt Bezahlenden von denen unterscheiden, die sich die Sachen schicken lassen und sie dem Überbringer mit: „Ich komme dann vorbei &c.!“ abnehmen; nein der Kaufmann weiß bald, ob er der Kundin nur das Neueste vorlegen kann oder ob er sie auf den kleinen Restbestand aufmerksam machen darf.

Es ist sicher, daß jene Hausfrauen besser und — billiger einkaufen, wenn sie sich dafür Zeit nehmen und nur anschaffen, was sie wirklich brauchen können. Damit erspart sich manche die bittere Reue, eines billigen Ausverkaufs wegen zu viel gekauft zu haben.

Auch beim Einkaufen der Lebensmittel wird ähnlich verfahren. Wie oft ist man mit dem oder jenem Artikel nicht zufrieden, man nahm ihn aber in dem Laden, wo's die meisten Prozente gibt. Der indirekte Vorteil wird über den direkten, in diesem Falle die gute, saubere Ware, gesetzt. Auch da sollten die Hausfrauen einsichtiger sein und nicht blindlings nehmen, was man ihnen anbietet. Irgendwo müssen doch die Prozente herausgeschlagen werden, seis am Gewicht oder an der Qualität.

Die Hausfrauen vergessen, daß sie es sind, die Wandel in Vielem schaffen könnten bei einigem Nachdenken. Wenn sie in einem Magazine vielleicht fünf Centimes mehr bezahlen, als in einem andern, so gehen sie ganz sicher in den billigern Laden und nehmen unbeanstandet, was ihnen gegeben wird, hochbeglückt, einen Fünfer oder Zehner erspart zu haben. Macht die Hausfrau Vergleiche zwischen der etwas teurern Ware und der billigern, so wird sie oft zur Einsicht kommen, daß letztere eigentlich die teurere ist; — das Gewicht ist knapp, die Verpackung ist nicht sauber oder die Ware ist nicht gut erlesen, mit minderwertiger gemischt. Ein nächstes Mal ist beim Einkaufen nicht mehr der zu ersparende Fünfer der Wegweiser für die Bezugsquelle, sondern die bessere Ware. — Gerade bei den Lebensmitteln ist der Einkauf von nur guten Qualitäten am vorteilhaftesten. Diese sind ergiebiger, schmackhafter und auch nahrhafter, sodaß die eine oder andere Portion, mit Rücksicht auf den Preis etwas kleiner werden darf, ohne daß sich die Hausfrau deswegen Vorwürfe zu machen braucht.

Die Warenkenntnis ist vielfach ein wunder Punkt bei unsern Frauen, was in ihrem Interesse sehr zu bedauern ist. Dadurch sind sie oft unsicher beim Einkaufen, zu ihrem eigenen Schaden. Es gibt zwar Kaufleute, die ihren guten Kunden mit Rat beim Einkaufen an die Hand gehen, ihnen von Diesem und Jenem, unter Darlegung der Gründe, abraten. Dieses Vorgehen wird von einsichtigen Hausfrauen dankbar empfunden und der Kaufmann sichert sich eine zuverlässige Kundschaft.

Das Einkaufen, so leicht es manche dünkt, ist eine Kunst, die auch erlernt sein will, wie irgend etwas anderes. Wer mit Ruhe und Einsicht ans Werk geht, kauft besser ein als jene, die sich schnell das eine oder andere geben lassen, oder die einen Laden betreten, ohne recht überlegt zu haben, was sie eigentlich wollen. Solche Kunden sind eine — Plage für den Kaufmann, und auch eine solche für die andern Käufer, die im Magazin warten müssen, bis die andern sich ausbesonnen haben. Es geht so viel unnütze Zeit und Mühe verloren, die den Kaufmann ungeduldig und wenig liebenswürdig werden lassen. Die Käufer sind es in erster Linie, die den Einkauf gut und vorteilhaft gestalten können, also lerne man mit Einsicht und Vorbedacht einkaufen! G.

Die Hauswäsche.

Interessant ist es, die einzelnen Stufen der Entwicklung in der Waschkunst und den durch dieselben bedingten Geräten und Einrichtungen zu beobachten, und die Fortschritte zu studieren, welche von Jahr-

zehnt zu Jahrzehnt die Technik hervorrief. Neben den vielen Apparaten und Erfindungen, welche die häuslichen Geschäfte vereinfachen, hatte auch die Waschmaschine ihren Siegeslauf durch die Familien angetreten. Kaum ist jemals von unseren Frauen eine Erfindung freudiger begrüßt worden.

Wen überfiele nicht ein leises Grauen, wenn er zurückdenkt an die Tage der großen Wäsche. Seifendunst und widerlicher Brodel verbreitete sich aus der Waschküche und lastete auf allen Räumen wie eine dumpfe Gewitterschwüle. Nun, die Tage der großen Wäsche sind nach und nach entschwunden, die riesigen Waschwannen wanderten in die Rumpelkammer, wenn dort noch Platz für sie war, und ihren Platz nahm zierlich und säuberlich die Waschmaschine ein.

Man muß sich fast wundern, daß die einfache Einrichtung nicht schon weit früher eingeführt worden ist. Die viel kompliziertere Nähmaschine fand sich schon längst in allen Familien, als man an der umständlichen, althergebrachten Art und Weise der Wäschereinigung noch immer krampfhaft festhielt. Es mag dies darin seinen Grund haben, daß man den Waschmaschinen, deren Erfindung verhältnismäßig jungen Datums ist, diesen toten, gefühllosen Maschinenteilen die gute Wäsche nicht anvertrauen wollte.

Wie alle Neuerungen, so wurde eben auch diese anfänglich stark verkannt. Zunächst sei darauf hingewiesen, daß bei den Waschmaschinen der Reinigungsprozeß viel weniger eine Reibung an festen Körpern sein soll, als vielmehr ein Durchspülen des Wassers. Auch bei dieser Erfindung hat die Industrie nicht Halt gemacht, als die erste Waschmaschine auf dem Weltmarkte erschien. Es sind verschiedene Waschmaschinen aufgetaucht, darunter anfänglich auch solche, bei welchen durch eingelegte, oft mit Zink beschlagene Hölzer die mechanische Reibung an harten Gegenständen zur Regel wurde. Allerdings konnte es dabei vorkommen, daß leichte Wäschestücke durch die schweren Holzwellen zerrissen wurden.

Bei der Handwäsche bildet die Reibung der einzelnen Stücke die Hauptsache. Dem gegenüber stehen nun die Handwaschmaschinen, welche mehr durch Dampf und Spülung des heißen Seifenwassers arbeiten. Sie haben die sogenannten Waschbretter verdrängt, und wo überhaupt noch im Hause, in der Familie gewaschen wird, bedient man sich dieses vortrefflichen Hilfsmittels. Es würde zu weit führen, die verschiedenen Konstruktionen der Handwaschmaschinen, welche in den Handel gelangen, einzeln hier zu beschreiben.

Die meisten dieser Maschinen bestehen aus einem mit Zink- oder Holzwellen ausgeschlagenen Kessel, in welchem eine horizontale Scheibe mit mehreren senkrecht stehenden runden Holzzapfen die Wäsche erfaßt und dieselbe mit großer Geschwindigkeit, die durch das Drehen einer Kurbel hervorgerufen wird, von rechts nach links und von links nach rechts durch das Wasser bewegt. Es wird dadurch bewirkt, daß das letztere seine spülende Wirkung bis in die kleinste Faser der Wäsche ausübt. Eine vielfach für den Hausgebrauch und auch für den Kleinwäschereibetrieb eingeführte Waschmaschine ist die von Flury-Roth in Zürich III in den Handel gebrachte.

Weil der Wäscheprozeß im kochenden Wasser vor sich geht, indem der Dampf am Entweichen verhindert wird, werden die Unreinigkeiten nicht nur oberflächlich entfernt, sondern das siedende Wasser dringt bis in die feinsten Fasern und spült auch das unscheinbarste Schmutzteilchen energisch heraus. Ein weiterer Vorteil einer solchen Maschine ist die außerordentliche Reinlichkeit. Der alles durchdringende Seifen- und Wäschedunst, der so leicht zum Träger von Krankheitsstoffen werden kann, ist aus dem Bereich der Möglichkeit des Aufsteigens verwiesen. Kein Umherspritzen des Wassers findet mehr statt, so daß man die Arbeit unbesorgt fast im Wohnzimmer vornehmen könnte.

Bekanntlich geht das Waschen um so schneller, je heißer die Seifenlauge ist. Bei mehreren Waschmethoden kann man aber nicht mit kochender Seifenlauge arbeiten, ohne sich zu verbrühen, und bei den Waschmaschinen ohne Feuerung, gleichviel ob aus Holz oder Eisen, kühlt sich die Lauge, selbst wenn sie beim Eingießen kochend war, sofort ab. Was an Hitze fehlt, muß also beim Waschen durch Reibung und durch Mehraufwand an Seife, Soda und Zeit ersetzt werden. Daher sind auch alle Waschmaschinen ohne Feuerung sowie alle Waschapparate darauf eingerichtet, daß sie die Wäsche reiben. Daß man die Maschine, will man sie in Gebrauch nehmen, eingehend kennen lernen, studieren muß, ist selbstverständlich, ebenso wie man sich mit der Vorbereitung in der Handhabung der Wäschestücke vertraut machen muß. Als Anweisung hiefür diene folgendes:

Beim Einschütten des kochenden Wassers achte man darauf, daß dieses nur bis an den gekennzeichneten Strich reicht, daß also nur das Wasserschiff gefüllt ist. Seife und Soda bezw. auch Waschpulver setze man entsprechend zu, bei hartem Wasser etwas mehr Soda oder Borax. Man legt die Wäschestücke einzeln in die Trommel, bis sie voll ist, und fange dann an zu pumpen. Je nach dem Schmutzigkeitsgrad der Wäsche pumpe man 5—7 Minuten lang.

Man achte aber darauf, daß das Wasser fortwährend kochend heiß und der Deckel geschlossen bleibt. Nach der festgesetzten Zeit läßt man die Wäsche durch die Wringmaschine und bringt sie im Waschkessel in einem leichten Seifenwasser noch während einiger Minuten zum Sieden, dann spült man sie in heißem und hernach in reinem kalten Wasser gut nach. Daran schließt sich das Auswringen, Blauen und Aufhängen. Dann gieße man wieder siedendes Wasser in die Maschine, bis es an den Strich reicht, und setze noch etwas Seife und Soda oder Seifenpulver hinzu, gebe dann andere Wäsche in die Trommel und fahre in der vorbeschriebenen Weise fort.

Vor Beginn der ganzen Prozedur ist stets darauf zu achten, daß während des Waschens das Wasser bis an den eingeprägten Strich reicht; es ist also entsprechend siedendes Wasser nachzugießen. Nach Fertigstellung der dritten Trommel Wäsche (bei sehr schmutziger Wäsche schon nach der zweiten) ist die Lauge zu erneuern. Sofort nach Beendigung des Waschens ist die Maschine, und zwar bevor sie erkaltet, mit heißem Wasser und scharfer Bürste zu säubern und abzutrocknen.

Nach „Die Wäscherei im Klein-, Neben- und Großbetrieb".

Über die Eier.

Von L. Morgenstern.

Das Ei, welches alle zur Entwicklung des werdenden Vogels nötigen Stoffe enthält, ist ein sehr wichtiges und wertvolles Nahrungsmittel, welches teils roh, teils gekocht für sich allein in verschiedenen Zubereitungen genossen, teils bei der Zusammenstellung vieler zusammengesetzter Speisen, als Material und Bindemittel die wertvollsten Dienste leistet.

Der in eine feine durchsichtige Haut eingeschlossene Eidotter besteht aus Wasser, Fetten, Eiweißstoff, Farbstoff, Eisen und Mineralbestandteilen. Das Eiweiß ist nach allen Richtungen hin von einem Netze feiner Häutchen durchzogen, welche bewirken, daß das Eiweiß bei seiner vorsichtigen Entfernung aus dem Ei eine zusammenhängende Gallertmasse bildet. Es enthält Wasser, Eiweiß, Traubenzucker, etwas Fett und Mineralbestandteile. Von den Eiern zeichnen sich die Hühnereier durch ihren Wohlgeschmack aus, auch die von den Schwänen und Truthühnern sollen sehr zart und wohlschmeckend sein. Die Gänse- und Enteneier sind weit fetter und werden mehr zu Speisen verwendet, als extra gegessen. Eier von Vögeln, die schwer zu erlangen sind, wie die von Kiebitzen, Möwen etc. werden wohl nur der Seltenheit, nicht des Wohlgeschmacks wegen teurer als die Hühnereier bezahlt. Bei allen Eiern sind die frisch gelegten

die vorzüglichsten; man erkennt sie daran, daß sie in der hohlen Hand, wagerecht vor das Auge gehalten, in einem dunklen Raume gegen einen lichten, durchsichtig erscheinen, oder wenn man ein Licht dahinter hält, während schlechte größere oder kleinere dunkle Stellen zeigen. Frische Eier schwappen beim Schütteln nicht, weil sie noch keinen sogenannten Luftraum bekommen haben, der sich bei älteren Eiern am stumpfen Ende durch Verdunstung bildet. — Bei längerer Aufbewahrung unterliegen die Eier der Fäulnis, weil durch ihre poröse Schale die in der Luft schwebenden Fäulniserreger in das Ei eindringen können; die Eier trocknen auch beim Liegen an der Luft leicht aus. Um den Zutritt der Luft zu verhüten, taucht man die Eier in Kalkwasser, oder in Kleie, in Sand oder in Sägespäne, man bestreicht sie auch mit Lein-, Mohn- oder Olivenöl, oder mit Gummi, Gelatine, Paraffin, um die Poren der Eierschale zu verschließen. — Beim Aufbewahren der Eier in Ständern wende man sie öfters um. Gefrorene Eier werden in kaltem Wasser aufgetaut.

Die Verdaulichkeit der Eier geht um so schneller vor sich, je leichter die Eiweißstoffe derselben im Magensaft gelöst werden können. Diese Auflösung geschieht um so leichter, je feinteiliger und zerkleinerter das Ei in den Magen gelangt. Es ist eine falsche Ansicht, daß rohe Eier leichter verdaulich sind als weich gekochte, weil das Eiweiß im Magen, ähnlich dem Käsestoff in der Milch gerinnt, und dann wieder vom Magensaft aufgelöst werden muß. Personen mit schwachem Magen genießen die Eier am besten in Flüssigkeiten eingequirlt oder geschlagen, wie in Fleischbrühe, Wein, Wasser oder Milch. Weich und halb weich gekochte Eier sind leichter zu verdauen als harte.

Schwer verdaulich wird das Ei, wenn das Weiße zu 60° R. gerinnt und das Gelbe hart wird, weshalb man es nie ganz dazu kommen lassen sollte. Ein weich gekochtes Ei bedarf einer Kochzeit von drei Minuten, ein halbweiches vier Minuten, ein hartes fünf Minuten und zwar von dem Moment an, wo man das Ei in das siedende Wasser legt. Da stets beim Kochen etwas Wasser durch die Poren der Schale dringt, sollte man stets reines Wasser nehmen; ein Ei, in Fleischbrühe gekocht, nimmt deren Geschmack an. Vor dem Kochen wäscht man die Eier, nach dem Kochen kühlt man sie, weil die Schale dann besser abgeht. Für die Kochkunst hat das Ei einen unersetzbaren Wert und eine große Bedeutung durch die Eigentümlichkeit der gesonderten Verwendung des Eiweiß und Eigelb, sowie durch die Wandlungen, welche mit beiden beim Kochen, beim Schlagen und Rühren vorgehen. Das Ei wird, wie schon oben erwähnt, als Bindemittel der meisten Gerichte verwendet. Die Luftbläschen, welche sich durch Schlagen des Eies bilden, dehnen die Speisen aus, treiben sie in die Höhe und machen das Gebäck locker. Außerdem dient das Gelbei als Bindemittel bei Getränken, Suppen, Schokoladen, Speisen, Cremen, Klößen u. a. m. Es bildet den Hauptstoff zu allen Eier- und Mehlspeisen und dem feinen Gebäck. Das Gerinnen des Eiweiß bietet beim Kochen sehr viel Schwierigkeit, es muß daher eine große Aufmerksamkeit dem Gebrauch und der Verwendung gewidmet sein. Alle Nahrungsmittel, die Eiweißstoffe enthalten, werden hart oder weich beim Kochen, je nachdem man sie durch Einlegen in kaltes oder warmes Wasser bei starkem oder schwachem Feuer sieden läßt, was besonders beim Kochen von Fleisch, Hülsenfrüchten und Mehl zu beachten ist.

„Ernährungslehre".

Haushalt.

Das **Sonnen der Betten** wird irrtümlicherweise oft in der größten Sonnenhitze vorgenommen. Durch die Einwirkung der heißen Strahlen werden aber die Bettüberzüge leicht brüchig und halten also nicht lange. Ist man umständehalber gezwungen, die Arbeit an einem sonnigen Tage vorzunehmen, so lege man über die einzelnen Bettstücke leichte Tücher. Man schüttle und klopfe die Betten, ehe man sie auf dem bedeckten Zinnenboden (Hofraum 2c.) ausbreitet und wiederhole

diese Prozedur 1—2 Mal während des Tages. Schäden an den Ueberzügen werden ausgebessert, unbrauchbar gewordene Fassungen durch neue ersetzt. Das Durchstechen der Federn durch die Ueberzüge kann dadurch verhütet werden, daß man letztere auf der Innenseite mit ganz trockener, noch nie gebrauchter Seife bestreicht. Federmatratzen werden inwendig mittelst Pinsel gründlich vom Staube gereinigt.

Zur Reinigung von lackierten Möbeln benütze man lauwarmes Wasser, dem etwas Salmiakgeist beigegeben wurde oder noch besser eine Brühe von grober Weizenkleie. Die Kleie wird einige Minuten aufgekocht, durchgeseiht und dann die so gewonnene Brühe, nachdem sie kalt geworden, zum abreiben benutzt, was jedoch stets von von unten nach oben geschehen muß. Ein nochmaliges Abwaschen mit klarem Wasser und gründliches Nachtrocknen mit weichem Tuch ist notwendig.

Bei mit Oelfarbe angestrichenen Möbeln benutzt man statt der Brühe von Weizenkleie eine Abkochung von Quillayarinde.

Das Aufbeizen der Möbel kann man ohne große Kosten und mit verhältnismäßig wenig Mühe selbst vornehmen, da die Wachsbeizen jetzt in allen Farben in den Drogenhandlungen zu haben sind und das Verfahren ein sehr einfaches ist. Die Beize wird mit einem weichen Pinsel aufgestrichen und gleichmäßig verteilt. Ist sie getrocknet, so reibt man mit wollenem Lappen nach, bis der Glanz hervortritt.

Das Befestigen der losgelösten Knöpfe, Leisten und Eckstückchen an den Möbeln kann die Hausfrau ohne Mühe selber besorgen. Der Leimtopf oder eine alte dazu degradierte Konservenbüchse und Pinsel sind hierbei die notwendigen Werkzeuge. Ist der Leim durch Erhitzen flüssig geworden, so werden zunächst von den anzuleimenden Teilen die harten, noch anhaftenden Reste des Klebestoffes mit einem alten Messer entfernt, was recht gründlich geschehen muß. Beim Leimen muß man flink bei der Hand sein. Mit einem Buch beschwert oder durch Bindfaden befestigt, läßt man das Ganze trocknen, nachdem der überflüssige Leim noch im frischen Zustande abgerieben wurde.

Mit Zigarrenasche entfernt man mühelos Tintenflecke und weiße, durch heiße Gegenstände entstandene Flecken auf polierten Möbeln, Plateaux 2c. Man zerreibe die Asche mit einem Korkstöpsel oder einem Läppchen. Ist der Flecken entfernt, die Stelle aber etwas matt geworden, so poliert man mit einem Tropfen Oel oder Bodenwichse nach.

Will man **Spiegel oder Fenster** recht schnell reinigen, so gieße man auf ein weiches, weißes Läppchen etwas Spiritus, reibe die zu reinigende Fläche damit tüchtig ab und putze sofort mit einem gleichfalls recht weichen, nicht fasernden Tuche nach. Bei dieser Behandlung werden auch die bei kaltem Wetter angelaufenen Scheiben sofort trocken und durchsichtig.

Küche.

Kochrezepte.

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

Spargelsuppe. Man schält die Spargel, schneidet sie in 2 Ctm. lange Stückchen und kocht diese in Salzwasser weich. Mit diesem Spargelwasser macht man eine dünne Buttersauce, läßt sie kochen und gibt hernach die Spargelstückchen hinein. Vor dem Anrichten zieht man die Suppe mit Eigelb ab und streut feinverwiegte Petersilie darüber. (Aus „Diät. Speisezettel" von A. Bircher.)

Gebratener Lachs. Auf nachstehende, an den Fangorten des Fisches sehr übliche Art, ist der Lachs vortrefflich. Man reinigt und schuppt ein großes Stück von beliebigem Gewicht, kerbt es oben an der Rückengräte an verschiedenen Stellen ein, bestreut es mit Salz und läßt es so 1—2 Stunden stehen. Dann trocknet man es ab, legt es in eine Pfanne, worin man 100—125 Gr. Butter zerlassen hat, belegt den Fisch auch oben mit einigen Butterstückchen und brät ihn bei mäßiger Hitze unter öfterem Begießen und Hin- und Herrütteln der Pfanne braun und gar. Schließlich legt man den gebratenen Fisch auf eine heiße Schüssel, kocht die Bratbutter mit einigen Löffeln fettem sauren Rahm, einem Löffel Kapern und einigen Zitronenscheiben auf und gibt diese Sauce dazu.

Gefüllte Ochsenzunge. Eine weichgekochte, abgehäutete Zunge wird der Länge nach von einander geschnitten, wonach man jede der beiden Hälften auf der Schnittseite mit einer daumenbreiten Lage von feiner Kalbfleischfarce bestreicht, die man mit Sardellen und Champignons vermischt hat. Man glättet die Farce gehörig mit einem breiten Messer, überpinselt beide Zungenhälften mit geschlagenem Ei, bestreut sie mit geriebener Semmel und geriebenem Parmesankäse, träufelt zerlassene Butter darüber, legt sie in eine flache Pfanne, gießt etwas von der Zungenbrühe darunter und bäckt sie im Ofen auf beiden Seiten schön hellbraun. Man gibt sie mit Kapernsauce zu Tisch.

Grilliertes Rindfleisch. Ein schönes Stück frischabgekochtes, saftiges Rindfleisch legt man in eine ziemlich flache Pfanne oder den Deckel von einer Bratpfanne, bestreut es auf der Oberseite mit feingeriebener Semmel und begießt es mit hellbraun gemachter Butter oder mit dem heißen, von der Fleischbrühe abgeschöpften Fett, setzt die Pfanne auf einen Dreifuß in den heißen Ofen und läßt das Fleisch unter fortgesetztem Begießen glänzend und hellbraun braten, worauf man es auf einer runden Schüssel anrichtet, mit geschmorten Kartöffelchen garniert und mit einer Kapern-, Champignon- oder Sardellen-Sauce serviert.

Spinat mit Kerbel. Auf 1½ Kilo Spinat rechnet man 80 Gr. Kerbel, erliest beides und kocht jedes für sich in Salzwasser ab. Dann drückt man das Gemüse aus und hackt es fein. In einer Kasserolle läßt man 50 Gr. Fett zergehen, gibt Kerbel und Spinat hinein und fügt so viel von einer Maggi-Bouillon-Kapsel bereitete Brühe hinzu, daß ein glatter Brei daraus entsteht. Nachdem das Gemüse ordentlich durchgedämpft ist, schmeckt man es ab, läßt es mit einem darauf gestäubten Löffel Mehl durchkochen und würzt es mit 10—12 Tropfen Maggis Würze. Dazu reicht man hart gekochte halbierte Eier mit Bratkartoffeln.

Bananenkuchen. 6—12 Bananen werden geschält und in Scheiben geschnitten, in einer feuerfesten Schüssel, Bratplatte oder Kuchenblech, hübsch nebeneinander gelegt und etwas Zucker oder Sirup dazugegeben. Dann werden die Früchte mit einem guten Omelettenteig übergossen und in den heißen Ofen gebracht bis der Teig fest geworden ist.

Rhabarber-Marmelade. Man zerschneidet 1 Kilo der Stiele in Würfel, fügt 1 Kilo Zucker hinzu und läßt sie unter gelindem Erwärmen über dem Feuer stehen, bis sich ausreichend Saft bildet, wonach man die Masse auf lebhaftem Feuer unter beständigem Rühren 20 Minuten lang kocht und in Gläser füllt.

Moussierende Limonade. 500 Gr. ausgepreßte Beeren, 3 Liter Wasser, 500 Gr. Zucker. Ausgekochte und ausgepreßte Beeren jeder Art können zur Bereitung dieses Getränkes verwendet werden. Beeren, Zucker und Wasser werden zusammen in einen Topf getan, den man bloß mit einem Tuch deckt, so daß also die Luft Zutritt hat. Wenn sich auf der Flüssigkeit ein leichter Schaum zeigt — was bei kühlem Wetter später, bei warmem Wetter früher geschieht — so ist es Zeit, sie in Flaschen mit Patentverschluß zu füllen, nachdem sie durch ein Tuch geseiht worden ist. Bei längerem Warten entwickelt sich Alkohol. Die Limonade muß getrunken werden, sobald sie leicht moussiert.

Gesundheitspflege.

Die von F. Zahner & Cie in Kreuzlingen in den Handel gebrachten **Dr. Winter'schen Nährsalze** haben in unserer Familie bis jetzt viel Gutes geschaffen. Bei den Kindern haben sie den Appetit vermehrt und, was mir besonders aufgefallen ist, die Verdauung reguliert; bei längerem und anhaltendem Gebrauch derselben hoffe ich darum zuversichtlich, der Blutarmut und anderen Krankheiten, welche die Jugend bedrohen, entgegenzutreten, umsomehr, als ich auch bei mir Bekannten die günstige Wirkung der Nährsalze beobachten konnte. Freilich muß eine möglichst naturgemäße Lebensweise, viel Luft, Licht, Wasser, Turnen damit einhergehen.

Nach neueren wissenschaftlichen Forschungen sollen die mineralischen Nährstoffe: Kalium, Natrium, Calcium, Magnesium, Eisen, Phosphorsäure, Salz 2c. eine große Bedeutung für den Aufbau der Körperorgane haben und in den Dr. Winterschen Nährsalzen sollen die genannten Nährstoffe enthalten sein. Eine Abonnentin.

Kinderpflege und -Erziehung.

Wenn die **Schule** wöchentlich zweiunddreißig Sitzstunden hat, so sollen für Hausarbeiten, einschließlich Musikunterricht und andere Privatstunden, nicht mehr als sechszehn Stunden verwendet werden, und sowohl die Schule als auch das Haus und die Schüler selbst haben eine nach Möglichkeit gleichmäßige Verteilung dieser Stunden auf die sechs Wochentage anzustreben. Dabei ist darauf zu halten, daß zwei schulfreie Nachmittage zu ausgiebigen Spaziergängen, Spielen und anderen Körperübungen im Freien und dergleichen mehr Zeit gewähren und daß der Sonntag völlig arbeitsfrei bleibt. Nachtarbeit und jede Arbeit nach dem Nachtessen ist streng auszuschließen, weil durch Verkürzung und Störung des Schlafes (durch aufregende Träume, Fortarbeiten im Schlaf und dergleichen mehr) sowie durch das Kämpfen gegen überwältigende Müdigkeit gerade in diesen Jahren die Gesundheit ausnehmend geschädigt wird. Frühaufstehen und leichte Arbeiten in den Frühstunden sind dagegen nützlich, wofern das Arbeiten eine Stunde vor der Schulzeit abgebrochen wird, damit die Schulstunden nicht mit ermüdetem Kopfe begonnen werden. Diese Zeit ist aber der nachmittäglichen Arbeitszeit zu gute zu rechnen.

Dr. Dornblüth.

Gartenbau und Blumenzucht.

Fruchtwechsel. Der Fruchtwechsel spielt beim Gemüsebau eine große Rolle. Durch einen richtigen und rationellen Wechsel im Anbau werden die Kosten der Düngung vermindert und die Ertragsfähigkeit und Fruchtbarkeit des Landes gehoben. Es hält übrigens nicht schwer, bei der großen Auswahl unserer Gemüse eine entsprechende Auswahl in der Fruchtfolge zu treffen. Es müssen folgen auf tiefwurzelige Gewächse solche mit flachem Wurzelwerk — auf blattreiche blattarme — auf düngergierige bescheideneren Ansprüchen huldigende, auf Wurzelgewächse Hülsenfrüchte 2c. Zu den genügsamen, wenig Dung beanspruchenden Gemüsen gehören: Kohlrabi, Karotten und Feldrüebli, Petersilie, Salat, Bohnen und Erbsen. Viel Dung verlangen sämtliche Kohlarten, Sellerie, Lauch, Kürbis u. s. w.

Kletterrosen gehen, wie das Wort andeutet, kletternd in die Höhe und werden vorteilhaft zum Schmuck von Hauswänden, Veranden, Garten-

häusern 2c. verwendet. Man hat diese Rosen in weißer, roter, gelber und violetter Farbe. Zur gleichen Sippe gehören auch die Kapuzinerrosen: Madame Alfred Carrière, weiß mit Rosahauch; Climbing Jules Margottin, kirschrot, sehr lebhaft; Madame Hardy, weiß, sehr schön; Souvenir de Yeddo, schön rosa; Belle Baltimore, milchweiß mit Fleischfarbe, gut gefüllt, hochgehend; felicità perpetuella, weiß mit rosa, hochgehend; Celestine, rosafleischfarbig, hochgehend; Crimson Rambler, neuere, reichblühende Sorte mit rotgefüllten Blumen, sehr empfehlenswert.

Frage-Ecke.

Antworten.

16. Ich habe schon öfter **Plantaris** verwertet, indem ich mit Fleischresten zusammen recht schmackhafte Gerichte bereitete, die durch den Zusatz von Plantaris eben viel weiter reichten, resp. billiger wurden. Man muß aber zum Backen wenig Fett nehmen und eher auf kleinem Feuer langsam braten, damit es schön gar wird. Probieren geht über studieren! A. S.-W.

28. Der Grund, warum Ihr **Thee** trüb wird, ist wohl kalkhaltiges Wasser. Beim ersten Aufguß wartet man meistens, bis das Wasser kocht, der erste Thee ist dann hell, weil sofort angegossen, und das andere Wasser wird weiter gekocht. In etwa fünf Minuten scheidet sich der Kalk aus und der zweite Aufguß erscheint trübe. Am besten ist, man kocht alles Wasser fünf Minuten und stellt es abgedeckt ein paar Minuten zur Seite. Der Kalk setzt sich dann, und das helle Wasser wird abgegossen und nochmals zum Kochen gebracht.
Appenzellerin.

29. Nach dem Ausspruch erfahrener Leute soll es immer noch empfehlenswerter sein, Hanf und Flachs selber anzubauen, da die Qualität, die der Bauer braucht, im Handel nicht vorkommt oder sich sehr teuer stellen würde. Eine **Hauslein-wand**, ob sie nun von Hand oder in einer Lohnspinnerei angefertigt werde, hält 3—4 mal länger als Handelsware; es ist also immer noch von Vorteil, wenn man Hanf und Flachs selber baut. Wenn Sie zum Anbau schreiten und auswärts spinnen lassen wollen, so wenden Sie sich an die Mechanische Leinenspinnerei und -Weberei Peyer und Ruoß in Schleitheim (Schaffhausen), die jederzeit Muster und Tarife kostenlos verschickt.
W.

30. Wenden Sie sich an Frl. Charlotte Bohrenblust, zur Hofmatt, Aarburg. Die **Federn** werden mit Dampfapparat gereinigt und desinfiziert. Sie erhalten die frühere Füllkraft wieder.
B.

30. Das Bett- und Möbelgeschäft Michel-Rieser in Ennetbühls (Glarus) ist im Besitze einer Dampfbettfedernreinigungsmaschine. Alte **Federn** werden damit gereinigt und der Barchent gewaschen. Die Federn werden in Kisten oder Säcke verpackt und kommen so zum Versandt. Wenden Sie sich vertrauensvoll an diese Adresse. Sendungen sind nach Station Glarus zu richten. E.

31. Zur **Eiercreme** nehmen wir gewöhnlich 1/2 Kaffeelöffel Kartoffelmehl, das mit kaltem Wasser in der Pfanne angerührt wird. Dann fügen wir zirka 1/2 Glas Wasser und 1/2—3/4 Liter Milch, zirka 100 Gr. Zucker, Zitronenrinde oder Vanille, 3–4 gut verquirlte Eier dazu. Das Ganze wird auf nicht zu starkem Feuer bis vors Kochen gebracht. Man nimmt die Pfanne vom Feuer, rührt noch einige Zeit, gießt die Creme durchs Sieb in die Schale und rührt weiter bis sie ziemlich verkühlt ist. Leserin.

Fragen.

33. Wer kennt die **Sana-Frottierbürste** und hat sie schon längere Zeit gebraucht? Wo ist sie zu beziehen und zu welchem Preis?
Abonnentin.

34. Wie ich höre, soll der **Birkenblätterthee** ein gutes Heilmittel gegen Wassersucht und Rheumatismus sein. Hat schon jemand aus dem Leserkreis gute Erfahrungen damit gemacht und kann man mir sagen, wo der Thee erhältlich ist?
Abonnentin.

35. In der letzten Nummer des Ratgebers wurde die **Banane** empfohlen. Ich habe solche in einem Delikatessengeschäft gekauft und gekostet, und stimme mit der Verfasserin jenes Artikels vollkommen überein. Gibt es nun aber keine Bezugsquelle, wo diese delikaten Früchte billiger zu beziehen sind? (Ich bezahlte 20 Cts. für das Stück) Sind solche auch gedörrt zu haben, wo und zu welchem Preis? Ich nehme zwar an, daß der gedörrten Banane gerade das Eigentümliche, das so feine Aroma nicht mehr anhaften werde. Wer spricht sich darüber aus? N. in Z.

36. Kann man das **Zuschneiden** nicht auch ohne Kurs lernen, nur an hand eines Buches? Wenn ja, wer nennt mir ein solches? Ich möchte meine Garderobe und die der Kinder gerne selber anfertigen. Hausmütterchen.