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

Band: 14 (1907)

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. XIV. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | Zürich, 24. August 1907.

Ein liebeleeres Menschenleben
Ist wie ein Quell, versiegt im Sand,
Weil er den Weg zum Meer nicht fand,
Wohin die Quellen alle streben.

Wir müssen sparen.

Von M. Hürbin.

(Nachdruck verboten.)

Z., den 5. Juli 1907.

Mein liebes Gretli!

Im Besitze deines Briefes vom 26. Juni danke ich herzlich für die Einladung. Ich kann jedoch derselben vorderhand noch nicht folgen, da die kranke Nachbarin meiner Hilfe noch bedarf. Ich will dir deshalb in Kürze raten, so gut man von weitem eben raten kann.

Als ich deine Epistel las, mußte ich des Dichterwortes gedenken: „Wie dir, wirds manchem noch ergehen bis an das Ende der Tage.“

Sparen ist ein sehr dehnbarer Begriff und ein Punkt, der für uns Frauen wohl als der schwierigste im ganzen Eheleben bezeichnet werden muß. Er hat schon viele Tränen gekostet, wohl mehr, als Tropfen Tau gerade jetzt an Gräsern und Kräutern hängen.

Viele, ja die meisten jungen Eheleute setzen sich ein Haushaltungsschema fest. Sie nehmen ohne weiteres dieselben Verhältnisse an, wie sie im Elternhause oder in dieser oder jener befreundeten Familie herrschen. Man will so und so gekleidet sein, der Tisch sollte besetzt werden und doch darf das alles nicht mehr kosten, als man dafür zur Verfügung hat.

Vor allem mußt du wissen, welche Summe ihr füglich für den Haushalt ausgeben dürft. Teile dann das Monatsgeld, das zum Einkommen und der Lebensweise, die ihr führen wollt, in richtigem Verhältnis stehen muß, in verschiedene kleine Posten. Den ersten für Miete, den zweiten für Holz, Gas, Kohlen, kurz für Heizung und Beleuchtung, den dritten für Kleider und Wäsche, den vierten für Löhne für die Aushilfe, den fünften für Getränke, den sechsten für die täglichen Bedürfnisse, wobei es gut ist, wenn die Summe für Milch, Butter und Fleisch wieder für sich berechnet ist. Der siebente Posten umfaßt den mehr oder weniger kleinen Betrag

für Extraauslagen (Zeitungen, Vereinsbeiträge und Anlässe).

Diese Einrichtung mag dir auf den ersten Blick zu umständlich erscheinen, aber wenn du sie einmal getroffen hast, so wirst du die großen Vorteile derselben gewahr. Du bist auf alle Fälle versehen, hast für alle Bedürfnisse einen baren Bestand und klare Übersicht, wie viel du für dies und jenes ausgeben darfst. Du kannst wohl einmal aus einem Kässchen für das andere etwas entlehnen, aber hüte dich, daß dies nicht zu oft geschieht, denn das Ersetzen fällt immer schwer. Bei dieser Einrichtung kannst du manche Bedürfnis-Artikel in größern Quantitäten anschaffen, so im Sommer Einsiedbutter für die strengere Jahreszeit, im Herbst Kartoffeln und Äpfel für den Winterbedarf; von Spezereiwaren möchte ich einen größern Einkauf nur bei solchen Artikeln anraten, die durch längeres Lagern gewinnen, wie Seifen, Kerzen etc.; Kaffee, Reis und Teigwaren erhalten bei der Lagerung in ungeeigneten Räumen leicht einen muffigen Beigeschmack, sie „nüechten", wie der Volksausdruck lautet, und diese Eigenschaft legen sie nicht mehr ab. Fleisch und Gemüse würde ich an deiner Stelle lieber frisch kaufen und vorläufig auf den Eisschrank verzichten. Erst allmählich, wenn deine eigene Gartenkunst Früchte trägt, möchte ich die Anschaffung von Sterilisterapparat und Gläsern anraten und zwar so, daß du zuerst im Kleinen probierst und dann nach und nach mehr Gläser anschaffst.

Gehe nicht leicht über die kleinen Ausgaben hinweg, mein liebes Gretli. Man sagt uns Frauen allerdings nach, unser Blick sei von Natur schon mehr auf das Kleine, als auf das Große gerichtet. Das gilt vielleicht mehr für den Erwerb; allein für die Ausgaben besinnen wir uns zehnmal, ehe wir einen Napoleon aufs mal verausgaben, aber die Zehner und Zwanziger entrinnen uns leicht. Bedenke aber immer, daß fünf Zwanziger einen Franken ausmachen. Die Wirtschaftlichkeit einer Frau bewährt sich am besten bei den kleinen Ausgaben. Die unnötige Ausgabe des Fünfers ist mehr zu scheuen, als die einmalige große Auslage, zu der man sich erst nach langer Überlegung herbeiläßt, und Goethe hat nicht ganz unrecht, wenn er sagt: „Ein wenig Geiz schadet dem Weibe nicht, so übel sie die Verschwendung kleidet . . . Festhalten ist die Tugend des Weibes."

Das letzte Jahr hat eine allgemeine Preissteigerung gebracht. Der Verteuerung der notwendigen Lebensmittel und Bekleidungsstücke wollen die Einnahmen nicht mehr entsprechen und das bekommen in allererster Linie die Hausfrauen zu fühlen, denn das Haushaltungsgeld bleibt in den meisten Fällen das gleiche, wie voriges Jahr. Da kommt denn manche Frau gleich dir in Versuchung, die „Kleiderfrage" möglichst billig bei einem Ausverkauf zu lösen und statt eines Jupons gleich ein ganzes Kleid und statt einer Bluse gleich zwei zu kaufen. Später muß man sich freilich gestehen, daß nicht das eigene Ich, sondern der Kaufmann ein gutes Geschäft gemacht hat. Wir haben, vom billigen Angebot verführt, mehr gekauft, als wir wollten, unser Geld ausgegeben für Dinge, die wir später noch ebenso gut hätten bekommen können; das Geschäft aber ist seine „Ladenhüter" los. Für uns beginnen dann die „betrübten armseligen Zeiten", wo wir sehen müssen, mit dem Restbetrag „durchzukommen". Darum hüte dich, liebes Gretli, an Kleidern und Nippes in Ausverkäufen viel zu kaufen. Solche Dinge verlieren ihren Wert und was wir nicht brauchen, ist, wenn noch so wohlfeil gekauft, immer noch zu teuer. Verlange auch nicht Genüsse, die Aufwand an Zeit und Geld fordern, und suche die sog. Anstandsausgaben zu vermindern. Kostspielige Gesellschaften und Flitter und die Sucht, mehr zu scheinen, als man ist, verschlingen viel Geld und der Nutzen steht nicht im Verhältnis zu den Auslagen.

Vom Gesellschaftsleben sagt Jean Paul: „Kleine Freuden laben wie Hausbrot, immer ohne Ekel, große wie Zuckerbrot, zeitig mit Ekel."

Nun kommen wir zur Hauptsache, der Hauswirtschaft, zur Führung einer sparsamen und doch guten Küche. Das Geheimnis der sog. guten Küche besteht nicht darin, möglichst seltene Gerichte auf den Tisch zu bringen, frische Bohnen im April, Kirschen im Mai, Pfirsiche und Trauben im Juni zu haben, sondern in der sorgfältigen Bereitung an sich einfacher Speisen. Bei der Anordnung der Mahlzeiten muß auf die Überbleibsel der frühern Rücksicht genommen werden. Sorge jedoch, daß nicht alltäglich drei und vier Resten bleiben und du von einem Tag zum andern etwas nachnehmen mußt. Es gibt Gerichte, die in keiner Form mehr das Aufwärmen vertragen und wieder andere, die sich ausgezeichnet verwerten lassen. Siedekartoffeln werden zu Bratkartoffeln, Kartoffelstock zu Küchli, Siedefleisch zu Haschee, Fleischküchli und zum Füllen von Omeletten verwendet; das abgeschöpfte Suppen- und Bratenfett leistet bei Bereitung von Gemüsen gute Dienste, wo es die Butter erspart; Bratensauce kräftigt schwache Suppen; übrig gebliebenes Eiweiß erspart bei Eierspeisen die Verwendung eines weitern Eies, nur muß es möglichst frisch verwendet werden, da Eiweiß bald verdirbt.

In der Verwendung von Butter, Wein, Essig und Gewürzen kann ohne Schaden, ja sogar mit Nutzen für die Gesundheit viel gespart werden. In mancher Küche schwimmen die Bratkartoffeln (Bräusi) förmlich im Fett; gebundene Saucen werden durch zu reichlichen Mehlzusatz dick und unappetitlich wie Stärkekleister; zu Kuchen und Eierspeisen wird eine Unmasse von Eiern verbraucht, während die Speise mit der Hälfte Eier sicher besser und bekömmlicher ausfiele. Wein und Essig, die einer Sauce erst in der letzten Viertelstunde beigegeben werden, haben die nämliche Wirkung, wie wenn das doppelte Quantum schon zu Anfang mitgekocht wird. So werden an sich notwendige Ausgaben auf ein bescheidenes Maß reduziert und der Ordnungssinn hilft manche Ausgabe auf spätere Zeit hinausrücken. Stopfst du jeden kleinen Schaden, so wird Hans seine Hose und das Gretchen die Schürze noch lange tragen können und doch anständig erscheinen, während in Familien, wo Nadel und Schere nur an neuen Stoffen erprobt werden, es gar nicht so traulich und nie heimelig aussieht.

Suchst du so zu sparen, so hast du gar nicht nötig, Hans die Cigarren wegzudekretieren. Das würde, nebenbei gesagt, auch nichts nützen. Sieht jedoch der „Herr der Schöpfung“, daß seine bessere Hälfte auch ein Opfer zu bringen versteht, so wird er das schätzen und nicht hinter ihr zurückstehen wollen. Die Frau, die in kleinen Dingen nachgiebig und opfersinnig ist, wird in großen Angelegenheiten Einfluß gewinnen. Dann gilt das Wort: „Ein edler Mann wird durch ein gutes Wort der Frauen weit geführt.“

Doch nun behüt dich Gott, liebes Kind. Im nächsten Monat hoffe ich bei dir eintreffen und konstatieren zu können, daß du mit dem Geld zur rechten Zeit auskommst. Indessen grüßt dich und Hans herzlich

Deine alte, treue Tante
Marie H.

Die Behandlung des Obstes vor dem Sterilisieren

wird in der empfehlenswerten Schrift „Das Konservieren von Obst, Gemüse u. Fleisch“ von Frau Landwirtschaftslehrer Albert in Würzburg einläßlich besprochen. Im Interesse unserer Hausfrauen, die den Wert der Haltbarmachung unserer Bodenerzeugnisse mehr und mehr erkennen, aber den verschiedenen Vorschriften, von denen eine erfolgreiche Sterilisation abhängig ist, nicht immer die nötige Aufmerksamkeit schenken, werden die gegebenen Ratschläge an dieser Stelle wiederholt.

Zum Sterilisieren liefern reife, aber noch feste, gesunde und vollkommen ausgebildete Früchte das beste Produkt. Als Regel gilt, daß gut schmeckendes Rohobst auch eine angenehme Konserve gibt; jedoch stehen uns eine Anzahl Früchte zur Verfügung, welche roh ganz ungenießbar

(Quitten, Hagebutten &c.), aber als Konserve sehr geschätzt sind. Im allgemeinen sei Kernobst genußreif und duftig; vom Steinobst nehme man nur jene guten Sorten, die sich vollkommen vom Stein lösen, und vom Beerenobst erwähne ich nur, daß gelbe und behaarte Stachelbeeren auszuschließen sind für Kompotte. Alle anderen Beeren eignen sich.

Das Waschen der Früchte hat stets vor dem Entstielen und Schälen zu geschehen, also ehe die Frucht verwundet wurde. Viele nehmen dazu einen Durchschlag, geben die Früchte hinein und lassen Wasser hindurchlaufen. Andere geben die Früchte in eine Schüssel, Wasser darauf und schütten dann das obere Wasser mit der Unreinigkeit weg. In beiden Fällen wird nur halbe Arbeit gemacht, denn bei der Benutzung des Durchschlags werden wohl die erdigen Bestandteile gelöst und fließen mit dem Wasser ab, aber die sämtlichen anderen oben schwimmenden Teilchen bleiben. Bei Verwendung der Schüssel dagegen werden die oben schwimmenden Schmutzteilchen abgeschüttet, aber der erdige und schwerere Schmutz bleibt unten darin.

Deshalb ist es am besten, man benutze hierzu eine entsprechend große Schüssel, fülle sie ungefähr einen Drittel mit Frucht, gieße Wasser darüber, rüttle vorsichtig mit der Hand auf, gieße das obere schmutzige Wasser ab, dann wieder reines Wasser hinzu, worauf die Früchte mit den Händen herausgehoben werden. Auf diese Weise werden die leichten Schmutzteilchen oben abgeschüttet, die schweren erdigen dagegen bleiben nach dem Herausnehmen der Früchte in der Schüssel zurück. — Ist das Waschen wegen zu großer Weichheit der Früchte nicht ohne Saftverlust möglich, so unterläßt man es.

Beim Vorrichten der Früchte gilt der Grundsatz: Man richte die Früchte so vor, wie man dieselben für den eigenen Haushalt braucht, denn die Haltbarkeit erreicht man ganz gleich bei geschälten und ungeschälten, entkernten und unentkernten, geteilten oder ungeteilten Früchten. Jedoch sorge jede Hausfrau dafür, ihre Kompotte speisefertig in den Gläsern zu haben. Das Kernobst (Apfel, Birne, Quitte) wird gewaschen, geschält, in Schnitze (2—3 Cm. dick) und vom Stiel und Kernhaus befreit.

Vom Steinobst werden die kleineren Arten wie Kirschen, Weichseln, Mirabellen, Schlehen gewaschen und nur entstielt, die größeren Arten dagegen, wie Zwetschgen, Pflaumen, Pfirsiche, Aprikosen, Reineclauden, entkernt und halbiert, Aprikosen und Pfirsiche auch geschält, sie können aber nach Belieben auch ganz gelassen werden.

Beerenobst wird verlesen, gewaschen und von den Stielen und Blütenresten befreit.

Das Schälen der Früchte besorgt man oft mit einem Horn- oder Bronzemesser. Man schält damit jedoch zu dick und die Arbeit geht zu langsam vonstatten. Ich nahm daher stets ein gewöhnliches Messer, das ich von Zeit zu Zeit ins Wasser tauchte und mit einem trockenen Tuch fest abwischte, um das Schwarzwerden des Messers zu verhindern. Durch Schälen der Früchte erzielt man ein feineres Produkt beim Kernobst und bei den größeren Steinobstarten, namentlich bei Aprikosen und Pfirsichen. Diese werden (je 10 oder 20 Stück, soviel man schnell behandeln kann) in einem Sieb 1 Minute lang in kochendes Wasser gelegt, dann in kaltes Wasser getaucht, worauf man mit einem Messer die Haut leicht abziehen kann. Um ein Mißfarbigwerden der geschälten und geteilten Früchte zu verhindern, lege man dieselben sofort in das vorbereitete Zuckerwasser, in welches man den Saft einer halben Zitrone preßt. So oft dann das vorbereitete Obst ein Glas voll ergibt, wird gleich eingefüllt und das Glas geschlossen. Sollten dennoch die Früchte während dieser kleinen Wartezeit braun geworden sein, so ist weiter nichts zu befürchten, denn beim Kochen lösen sich die braunen Teilchen ab und steigen nach oben; der übrige Inhalt wird schön weiß. Diese obige braune Schicht ist so gesund und haltbar wie der ganze Inhalt, nur im Geschmack nicht so kräftig und voll.

Das Entkernen geschieht nur bei jenen Früchten, welche man teilt, wobei die

Kerne von selbst herausfallen. Bei kleineren Stein- und Beerenobstarten unterlasse man das Entkernen, da die Früchte zu sehr zerrissen und unansehnlich werden und auch das Produkt an sonstiger Annehmlichkeit beim Genusse verliert.

Haushalt.

Die Verwendung des Natrons im Haushalt. Natron läßt sich im Haushalt vielseitig verwenden.

Gerinnende Milch kann durch eine Messerspitze voll davon wieder genießbar gemacht werden, wenn sie gut damit verrührt wird.

Sauer gewordenem Rahm setzt man ebenfalls eine kleine Messerspitze Natron zu, quirlt ihn einige Minuten und er ist dann wieder brauchbar.

Beim Abkochen der Gemüse beschleunigt das Hinzufügen von Natron das Weichwerden. Eine Messerspitze genügt für zwei Liter Wasser.

Fleischsuppe, die sauer geworden ist, füge man eine kleine Messerspitze Natron zu, und die Säure wird verschwinden.

Hefe verfehlt nie ihre Wirkung, wenn man ihr, im Falle ihre Güte zweifelhaft erscheint, etwas Natron zusetzt.

Kaffee soll wesentlich verbessert werden, wenn man dem Wasser — auf drei Tassen eine Messerspitze — Natron zusetzt. Solches muß aber immer vor dem Kochen geschehen. Kurgäste, welche in Karlsbad gewesen sind, wollen diesem Verfahren den Ruf des Karlsbader Kaffees zuschreiben.

Holzkohle ist, ihren vielseitigen Eigenschaften gemäß, noch wenig genug gewürdigt. Daß man sie zur Frischerhaltung des Wassers in Blumenvasen und bei der Hyazinthenkultur in die Gläser tut, ist bekannt, weniger aber, daß ein glattes Stück erkaltete Holzkohle, auf Brandwunden gelegt, den Schmerz sogleich nimmt. Als vorzügliches Desinfektionsmittel vertreibt Holzkohle, zerkleinert gestreut, oder auch nur in flachen Schalen aufgestellt, üble und faulige Gerüche aller Art, die des Abfalleimers sowohl wie der Küchenschränke, Eisspinde, Klosett, Nachttische 2c.

Das Auffrischen brauner, roter und gelber Schuhe geschieht durch Abreiben mit Terpentin, in das man einige Tropfen Milch gegossen hat. Nach dem Trocknen trage man Schuhcreme auf und poliere sie mit einem wollenen Lappen nach.

Etiketten für Einmachgläser lassen sich am einfachsten aus dem sogenannten Markenpapier herstellen, das in der Regel an Postschaltern unentgeltlich verabfolgt wird. B.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: *Falsche Krebssuppe, Haschee, †Heidelbeerkaltschale, †Pfannkuchen.

Dienstag: Mehlsuppe, *Saftfleisch, †Italienisches Reisgericht, †verdämpfte Tomaten.

Mittwoch: Gerstensuppe, †Champignonbrötchen mit gedämpften Kalbsfüßen, *Kürbis auf englische Art, †Obstkuchen mit Guß.

Donnerstag: Suppe mit verlorenen Eiern, Fleischauflauf, *Kopfsalat mit saurem Rahm, Stachelbeerkompott.

Freitag: †Weiße Suppe, †gekochte Tauben mit Gemüse gefüllt, *Ribel, †Kirschenkompott.

Samstag: Kohlsuppe, †Gulasch nach Wiener Art, Bohnen, *Pfirsichcreme.

Sonntag: Sagosuppe, *Steinbutt mit Sauce, *Hammelskoteletten à la Nelson, Kartoffelpüree, Gurkensalat, *gerührter Obstkuchen.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

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

Falsche Krebssuppe. Alle Arten grüne Gemüse, z. B. Bohnen, Kohl, Kohlrabi, Rosenkohl, Spinat, Erbsen, Zwiebeln, Rübchen, Sellerie, Lauch, Kartoffeln, Blumenkohl werden länglich und fein zerschnitten und mit einigen in Stücke zerschnittenen Tomaten 1/4 Stunde in Butter gedämpft. Bevor man das nötige Wasser beigibt, stäubt man zum Binden der Suppe etwas Mehl darüber. Wenn man alles 2—3 Stunden auf schwachem Feuer gekocht hat, kommt Salz und Muskat hinzu und die Suppe ist fertig. Man kann sie nach Belieben auch durchsieben.

Aus „Diät. Speisezettel" von A. Bircher.

Saftfleisch (österreichisch). Zeit 1 1/2 St. 1 Kilo Rindfleisch (Huft), 2—3 mittelgroße Zwiebeln, Salz, Pfeffer, 100 Gr. zerbröckelte frische Butter. — Das Fleisch wird von Knochen und Haut befreit, in fingerdicke Scheiben geschnitten, geklopft und je zwischen zwei einige Tropfen Olivenöl gegossen. Man läßt die Schnitten 1/2 Stunde ruhen, gibt in ein gut schließendes Kochgeschirr abwechselnd frische Butter, die Zwiebeln, eine Lage Fleischschnitten, dann Salz und Pfeffer. Die Butter muß den Abschluß bilden. Das Fleisch wird ohne Zugabe von Flüssigkeit auf schwachem Feuer in einer Stunde zugedeckt weichgedämpft. Im Selbstkocher vorzüglich.

Aus „Gritli in der Küche".

Hammelskoteletten à la Nelson. Die Hammelskoteletten werden, wenn nötig, entfettet und dann wie gewöhnlich dressiert. Von sehr fein verwiegtem Kalb- oder Schweinefleisch, 1 Löffel

geriebenem Käse, etwas verwiegten Zwiebeln, Salz und Pfeffer und, wenn vorrätig, etwas saurem Rahm, wird eine zusammenhängende Fülle bereitet. Die Kotelette wird auf einer Seite im heißen Fett angebraten, gewendet, mit verklopftem Eiweiß bepinselt, dann mit einer Lage Fülle belegt, wieder mit Eiweiß gut bestrichen und mit etwas Paniermehl bestreut fertig gebraten. Der Fond wird mit wenig heißem Wasser und 1—2 Löffel Wein aufgekocht und mit einem Güßchen „Maggis Suppenwürze" abgeschmeckt.

Gebackener Kürbis auf englische Art. Die Kürbisstücke werden in Salzwasser weichgekocht, zum Ablaufen auf einen Durchschlag geschüttet, mit Salz und Pfeffer bestreut und in einen Ausbacketeig von Mehl, Salz, Wasser, etwas Speiseöl, 1 Eidotter und dem Schnee von 2 Eiweißen eingetaucht und in zerlassenem Speck oder heißem Oel hellbraun gebacken. Beim Anrichten bestreut man sie mit gehackter Petersilie und gibt sie entweder als selbständiges Gericht oder zu Fleisch und Geflügel.

Kopfsalat mit saurem Rahm. Zu 2 Köpfen gut gelesenem Salat zerquirlt man 1/4 Liter recht fetten sauren Rahm mit 1 Eßlöffel Essig, 2 ordentliche Prisen Salz und 1 Messerspitze Pfeffer oder statt des Pfeffers ein wenig feingestoßenem Zucker. Man fügt nach Belieben etwas gehackten Estragon oder Schnittlauch bei und mischt den Salat mit dieser Sauce.

Ribel (Sterz). 300 Gr. Witschis Speisemehl, 1/2 Liter Wasser, 60 Gr. Butter, Salz. — Abends zuvor oder wenigstens einige Stunden vor dem Kochen wird das Mehl und Salz mit dem heißen Wasser oder mit Milch angerührt und zugedeckt. Diesen Teig gibt man dann in das heiße Fett, zerstößt und röstet ihn beständig, bis daraus lauter kleine Krümchen entstanden sind, was etwa 1/2 Stunde dauert. (Für 4 Personen.) Man kann auch statt Milch 50 Gr. Witschis Milchpulver verwenden.

Pfirsichcreme. Man treibe 15 sehr reife, abgezogene und entsteinte Pfirsiche durch ein Sieb, vermische sie mit 250 Gramm gesiebtem Zucker und 25 Gr. weißer, aufgelöster Gelatine und wenn dies anfängt sich zu verdicken, mit 1/2 Liter zu Schaum geschlagenem, süßem Rahm. Man füllt die Masse in eine Schale, stellt sie kalt und garniert die Creme mit kleinen Makronen.

Gerührter Obstkuchen. Man nehme 5 Eier und so schwer wie diese sind, auch Zucker, Butter und feines Mehl, rühre die Butter zu Schaum und dann Eier, Zucker, Mehl und etwas fein geschnittene Zitronenschale dazu. Man verrühre es gut und gieße die Masse in eine etwas tiefe Kuchenform, lege Himbeeren, Johannisbeeren, Kirschen, Aprikosen oder dergleichen darauf, überstreue das Obst stark mit Zucker und backe den Kuchen bei Mittelhitze.

Indisch Bier. (Belebendes Sommergetränk.) Nach Vorschrift zubereiteter indischer Thee, wird von den Blättern abgegossen, 1—24 Stunden kalt gestellt, und vorher beliebig versüßt (3 Stück Zucker auf ein großes Glas). Im Moment des Gebrauches gibt man auf 1/4 Liter — das Glas darf aber nur zu 2/3 voll sein — je 1/2 Theelöffel voll von doppeltkohlensaurem Natron und pulverisierter Weinsteinsäure dazu, von ersterem etwas mehr; dann wird rasch umgerührt und schäumend getrunken. Fertige Mischungen von Natron und Weinsteinsäure sind bisweilen in den Apotheken erhältlich und bei schnellem Verbrauch bequem und empfehlenswert. Getrennt läßt sich die Mischung für Brausewasser an trockenem Orte monatelang aufbewahren und ist leicht überallhin mitzunehmen. Auch Nicht-Abstinenten werden dieses erfrischende Getränk gewiß allen erhitzenden Durststillern vorziehen lernen. R.

Eingemachte Früchte.

Pflaumenmarmelade mit Blutpfirsichen. Man bringe 1 Kilo schöne, recht reife geschälte Pflaumen und 1 Kilo geschälte Blutpfirsiche, beide entsteint, mit 1 Kilo feinem Zucker aufs Feuer, rühre fleißig und koche das Ganze zu einer dicken Marmelade, welche vorzüglich ist. Wer Gewürz liebt, kann Zimmet und Gewürznelken beifügen.

Reineclauden-Gelee. Man bringt recht reife, geschälte, entsteinte Reineclauden auf gelindes Feuer, so daß der Saft langsam auszieht, den man dann klar abgießt und mit vorher geläuertem, dicken Zucker (180 Gr. für 500 Gr. Saft) zu Gelee kocht.

Gemischte Gemüse in Essig (Mixed Pickles). Junge, zarte, frische Gemüse wie Blumenkohl, Sellerieköpfe, Schalotten, Bohnen, junge Gurken, Erbsen, Rübkohl, Karotten 2c. werden gerüstet, wenn notwendig in Stücke zerschnitten und jedes Gemüse für sich in siedendem Salzwasser weichgekocht, auf ein Sieb zum Vertropfen geschüttet, mit Macis, Meerrettigwürfeln und Lorbeerblättern in eine Schüssel gebracht; dann wird Essig mit Nelken, Koriander und Senfkörnern gekocht und heiß über die Gemüse geschüttet. Am andern Tag gießt man den Essig ab, kocht ihn auf und gießt ihn kalt über die zierlich in Töpfe oder Gläser eingeschichteten Gemüse. Dann werden die Gefäße gut verbunden. Sollte sich allenfalls Schimmel bilden, so wird der Essig abgeschüttet, frisch gekocht und erkaltet über die Gemüse gegossen.

Birnen in Essig. Bergamotten eignen sich am besten dazu. Dieselben werden geschält, in Hälften geschnitten, das Kernhaus entfernt und in Zucker und Essig immer so viel halbweich gekocht, wie nebeneinander liegen können. (Auf 4 1/2 Kilo Birnen rechnet man 2 Kilo Zucker und 5/4 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.

Melonen mit Ingwer. Man schneide die Melonen in Würfel, koche dieselben in Wasser halb gar und lasse sie abtropfen, lege die Melonen in eine Schüssel, bestreue sie stark mit sehr feinem, weißem Pfeffer und ebenso feinem Ingwer und lasse dies so über Nacht stehen. Am andern Tag nehme man auf 1 Kilo Melonen 1 Kilo Farinzucker mit etwas Wasser und gebe sie feucht hinein; wenn es einmal aufgekocht hat, nehme man die Schnitze heraus und gieße den Saft durch ein Haarsieb. Hierauf wird der Saft mit 1 Kilo weißem Zucker abermals aufgekocht und dieses so viele Tage wiederholt, bis er dick wie Sirup ist. Die Melonen werden in Gläser gelegt und der Sirup darüber gegossen. Das Eingemachte hält sich vorzüglich und wird je älter je besser.

Gesundheitspflege.

Die Frauen haben es in ihrer Gewalt, die **Wechseljahre,** diesen Uebergang zum Alter fast spurlos an sich vorübergehen zu lassen, wenn sie durch einfache reizlose Nahrung, unter Vermeidung von Alkohol und scharfen Gewürzen das Blut reinhalten, durch tägliche leichte Gymnastik die Muskelkraft und Geschmeidigkeit der Glieder erhalten, die Ausscheidungen, den Stoffwechsel durch Dampfbäder oder heiße Bäder mit nachfolgender Trockenpackung erhöhen, durch kalte Waschungen und durchlässige Kleidung Verweichlichung des Körpers vermeiden. Tut man dies mit gleicher Regelmäßigkeit, in gesunden Tagen, nicht nur, wenn man sich krank fühlt, so erhält man den Körper kräftig und gesund und es brauchen die Frauen vor diesen Jahren keine Angst zu haben.

Krankenpflege.

Bei den **Wasseranwendungen bei Kranken** bedürfen einer Besprechung die Bäder, welche als allgemeine — Vollbäder — für den ganzen Körper oder als örtliche Bäder — Halbbad, Sitzbad, Arm-, Hand- oder Fußbad — für einen Teil des Körpers in Anwendung kommen. Ferner unterscheidet man Wasserbäder, ohne oder mit Zusatz von Arzneistoffen, Dampf- und Heißluftbäder, Sandbäder, elektrisch Licht- und Sonnenbäder. Am meisten gebräuchlich sind Wasserbäder. Ihr Gebrauch ist immer mehr anzuempfehlen, immer weiteren Kreisen zugänglich zu machen, nicht nur zur Gesundung des kranken Menschen, sondern auch, um die Gesunden im schweren Lebenskampfe zu stählen, vor Krankheiten besser zu bewahren.

Die Wasserbäder werden je nach dem zu erreichenden Zwecke verschieden warm bereitet. Wird das Wasser gleich aus dem Brunnen oder der Wasserleitung in die Badewanne geschüttet und eine zeitlang stehen gelassen, hat es also eine Wärme von 15—20° C. = 12—16° R., gleichsam dem Flußwasser entsprechend, so spricht man von einem kalten Bade. Das kühle Bad hat eine Wärme von 21—25° C. = 17—20° R., das lauwarme von 26—30° C. = 21—24° R., das warme von 31—35° C. = 25—28° R. und das heiße von 36—40° C. = 29—33° R. Die vorhandene und erforderliche Wärme des Wassers muß immer durch Messen mit einem zuverlässigen Thermometer — die im Haushalte befindlichen sind hierauf häufiger zu kontrollieren, da dieselben gar oft versagen — festgestellt werden, niemals nur durch Eintauchen mit der Hand oder dem entblößten Ellbogen, da hierbei leicht Täuschungen unterlaufen. Die Thermometer sind zum Teil noch nach Reaumur berechnet, werden demnächst aber einer nunmehr gültigen Vorschrift entsprechend nur die Einteilung nach Celsius haben. Vor dem Eintauchen des Thermometers ist das Wasser gehörig umzurühren, auch ein Messen an verschiedenen Stellen ratsam. — Betreffend Dauer 2c. richte man sich nach der ärztlichen Vorschrift.

Gartenbau und Blumenzucht.

Das Wiedereinsetzen der Pflanzen im Spätjahr. Schon Ende August, spätestens Anfang September, müssen wir daran denken, die in das Gartenland ausgesetzten Topfpflanzen wieder in Töpfe zu bringen; selbst wenn auch noch keine Kälte zu befürchten ist, ja wenn sogar die Tage noch recht warm sind, lasse man sich nicht verleiten, die Pflanzen länger draußen stehen zu lassen, denn wir müssen in die Winterquartiere gut durchwurzelte Pflanzen bringen, sonst überstehen sie die Beschwerden des Winters nicht. Ganz durchwurzeln können die Töpfe aber nur, wenn dies noch bei warmem Wetter geschehen kann; ein völliges Durchwurzeln ist im Oktober nur noch im Gewächshaus, aber nicht mehr im Zimmer möglich und die im Gartenland üppig und mastig gewordenen Pflanzen würden, sobald die naßkalten Tage kommen, faulen. Beim Ausheben der Ballen lasse man sich durch die weit hinausgehenden Wurzeln nicht verleiten, in unverhältnismäßig große Töpfe zu setzen; man verkleinere den Ballen, entferne die locker hängende Erde und schneide etwaige Pfahlwurzeln zurück. Angaben, wie groß der Topf im Verhältnis zur Pflanzenhöhe sein muß, kann man nicht machen, denn das richtet sich immer nach der Art und dem Zustande der Pflanze, doch wird der Pflanzenfreund mit der Zeit das richtige Größenverhältnis durch Uebung kennen lernen, so daß er auf den ersten Blick schon die richtige Wahl treffen kann. Es ist gut, wenn man die Pflanze etwa 10 Tage nach dem Wiedereinsetzen noch in die Sonne stellen kann, damit sie erstarke und sich abhärte. Frisch eingesetzte Pflanzen sind tagsüber öfters fein zu überbrausen und in geschlossenem Raum zu halten.

Frage-Ecke.

Antworten.

50. Möchte mit diesen Zeilen der Fragestellerin im „Ratgeber" betr. der **Wellenbadschaukel** antworten, daß diese Badewanne in keinem Hause fehlen sollte und sie jeder andern vorzuziehen ist. Man hat an diesem „Hausratstück" immer mehr Freude, wenn man ein solches erst im Gebrauch haben kann. Habe die meinige von Herrn Fastenrath in Herisau bezogen, der für die Schweiz alleinige Vertretung von Moosdorfer & Hochhäusler in Berlin hat. Es wäre oft mehr von Nutzen, wenn man einer Tochter für die Aussteuer so etwas in die Haushaltung gäbe, als so viel andern Kram, Nippes und Luxussachen, die oft ohne großen Wert sind. — Diese Meinung kommt von einer, die's gern einfach und praktisch hat.
Bäbeli.

58. Das Anfertigen von **Steppdecken** aus Plumeaux besorgt gewissenhaft und prompt die Firma Meili & Briner, Zentralhof 23, Zürich I, welche auch die Stoffe für den Ueberzug auf Lager hat. —r.—

60. Die Firma Werdenberg, Basel, Gasapparatenfabrik Solothurn, Happ & Cie., Zürich u. a. liefern Ihnen auf Wunsch gerne Kataloge von **Gaskochherden** mit Wasserschiff. Sie wählen dann einfach das Passende aus. Emmy.

60. Kaufen Sie einen **Patentkocher Jehle,** der nicht nur während des Kochens ohne Mehrverbrauch an Gas 10 Liter heißes Wasser erzeugt, sondern auch noch ermöglicht, verschiedene Gerichte durch Ausnützung der Wärme resp. des Dampfes zu kochen oder warm zu halten. Der außerordentlich praktische Apparat wird vom Fabrikanten J. Meyer-Jehle, 22 Waldeggstraße, St. Gallen-Vonwil geliefert. R.

61. Der Fragesteller wünscht die Ansichten anderer betr. vergleichende **Proben von Nahrungsmitteln** verschiedener Herkunft zu hören. Dieselben können nur bejahend lauten, da es doch jeder Hausfrau daran gelegen sein muß, erprobte neue Produkte kennen zu lernen. Wir haben ja in der Schweiz ca. 1200 Kochschulen und Kurse; wenn in diesen die verschiedenen Neuerungen geprüft würden, so hätten die Töchter den Nutzen davon und mit ihnen die praktischen Hausfrauen. Nur wenn von zwei Produkten die nämliche Speise bereitet wird, kann man sich ein Urteil bilden. Wenige Hausfrauen haben Zeit dazu, darum sollten diese Proben ins Lehrprogramm aufgenommen werden. Abonnent.

61. Ihre Frage verrät wohl völlige Unkenntnis der Aufgaben einer Haushaltungsschule und der Kochkurse. Die Belehrungen über Gehalt der **Nahrungsmittel** und Bedarf derselben für den menschlichen Körper ist schon an den allerersten Kursen in der Schweiz auf dem Programm gestanden, war sogar grundlegende Ursache für die Kursveranstaltung und so viel ich weiß, jetzt noch einer der Hauptfächer in den Haushaltungsschulen, jedenfalls in denjenigen, die von landwirtschaftlichen und gemeinnützigen Vereinen gegründet sind. Wenn Sie sich dafür interessieren, so besuchen Sie eine solche Schule oder schaffen Sie sich belehrende Schriften an, die in jeder Buchhandlung zu haben sind. z. B. Frau Wyders Lehrbuch für bürgerliche Küche. Es sind darin Speisezettel nach Nahrungsbedarf für den menschlichen Körper enthalten, die große Anerkennung gefunden haben. Die Kostenberechnung derselben muß aber den heutigen Marktpreisen angepaßt werden. L. J.

62. Das Kammgarn ist nach meiner Ansicht für **Schweissfüsse** zu empfehlen. Wollstrümpfe, feine, die sorgfältig gewaschen werden, damit sie nicht eingehen, sind entschieden vorteilhafter als Baumwolle. Man läuft auf diesen letzteren viel weniger gut als auf Wolle. Ich trage aus diesem Grunde, ohne an Fußschweiß zu leiden, auch im Sommer feine Wollstrümpfe oder doch Baumwollrohre mit Wollfüßlingen. Eine Leserin.

62. Maccosocken, möglichst ungefärbt, sind im Sommer namentlich für **Schweissfüsse** zu empfehlen oder ganz feine wollene. Im Winter trage man Socken von Seidenwolle, da sie in der Wäsche nicht eingehen. Selbstverständlich sollen die Socken immer nur einen Tag getragen werden, was auch das Wundwerden der Füße verhindert.
Frau M. B. in Z.

63. Wenn Sie eine leistungsfähige **Strickmaschine** kaufen und sich gutbezahlte Arbeit sichern wollen, so wenden Sie sich an die Reform-Strickerei M. Bolliger, Kirchgasse 31, Zürich I. Referenzen von früheren Käuferinnen stehen jederzeit zur Verfügung. Zürcherin.

63. Wir haben eine **Whittick-Strickmaschine** gekauft für 200 Fr. für unsere Tochter, welche nun fort ist. Nun würden wir die Maschine wieder zu reduziertem Preise verkaufen. Sie ist noch in sehr gutem Zustande. Ich selber habe genug mit der Haushaltung zu tun, sonst würde ich das Stricken auch lernen. Adresse durch die Redaktion.

Fragen.

64. Wo liegt der Fehler, daß meine **Konservengläser** (System Weck) bei Gemüsen, besonders bei Kohlraben und Pois-verts sich nach einigen Tagen wieder öffnen. Trotz zweimaligem Sterilisieren die vorgeschriebene Zeit halten sie wieder nicht. Wer gibt gütigen Rat
Einer Unerfahrenen?

65. Wie können **Palmin-Büchsen** verwertet werden?

66. Wer sagt mir, wie ich einen guten, nicht zu teuren **Kuchenteig** machen muß, daß er auch wirklich mürbe wird? Wir haben einen sehr guten Backofen, aber meine Obstkuchen sind immer hart, obschon ich es ja an Butter nicht fehlen lasse. Wo mag der Fehler liegen? Vielen Dank für guten Rat! Junge Hausfrau.

67. Kennt vielleicht eine freundliche Leserin die Zubereitung des **Capillaire-Sirup?** Für ein gutes Rezept wäre sehr dankbar Frau Thekla.