Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **15 (1908)**

Heft 6

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://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.

No. 6. XV. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | **Zürich,** 21. März 1908

Treu Dienendem sei doppelt liebevoll,
Verdienet er doch mehr, als du ihm gibst,
Wär's noch so reichlich, wenn du ihn nicht liebst,
Und kalt nur forderst des Gehorsams Zoll.
Wer nur zu tun gewöhnt wird, wie er muß,
Lernt leicht zu tun vergessen, wie er soll.
Anstatt der Freude nährt er den Verdruß,
Und den Verdruß erzieht er sich zum Groll,
Zum allgemeinen Hasse und Mißgönnen
Jedweden Schicksals, das ihm freier scheint,
Als seins er fühlt: so wird er selbst sich Feind,
Und Feinde sind ihm, die gebieten können.

Julius Hammer.

Wie Liebigs Fleischextrakt gemacht wird.

Bevor wir eine kurze Beschreibung der Fabrikation geben, möchten wir die Frage beantworten, was ist denn Liebigs Fleischextrakt eigentlich? Nichts anderes, als die aus bestem knochenfreien Suppenfleisch, lediglich durch Behandlung mit Wasser und ohne jeden Zusatz von Kochsalz oder anderen Gewürzen gewonnene und unter Anwendung von Vakuum-Pfannen bis zur Honigdicke eingedampfte Suppe, also konzentrierte Fleischbrühe. Die Temperatur, bei der die Suppe gewonnen wird, ist so geregelt, daß keine leimigen Bestandteile in den Extrakt kommen können. Ebenso wird durch sorgfältiges Abschöpfen alles Fett, welches ja ranzig werden würde, entfernt. Fleischextrakt darf niemals hart und brüchig oder in seidenglänzende Fäden ausziehbar sein, welche Eigenschaften auf hohen Leimgehalt hinweisen.

Die Liebig-Gesellschaft verarbeitet jährlich das Fleisch von ca. 200,000 Stück Rindern. Aus 34 Pfund knochen- und fettfreiem Ochsenfleisch bekommt man nur ein Pfund dieses Extraktes, das alle im Wasser löslichen Bestandteile von 34 Pfund Muskelfleisch oder von 40 Pfund Fleisch von der Fleischbank enthält. Jene löslichen Bestandteile sind: Kreatin, Kreatinin, Inosit, Carnin, ferner extraktive Stoffe, inosin- und milchsaure Salze, Chlorkalium und phosphorsaure Salze. Drei Theelöffel Extrakt enthalten ungefähr ebensoviel davon wie ein Pfund Ochsenfleisch.

Die ausgedehnten Ländereien der Gesellschaft umfassen weit über 400,000 ha., auf denen teils das zu Schlachtzwecken angekaufte Vieh fett gemacht, teils eigenes

Vieh gezogen wird. Die ausgedehnten wasserreichen südamerikanischen Pampas sind das Ideal der Rinderweiden. Sie erzeugen denn auch ganz ausgezeichnetes Schlachtmaterial, unter dem Krankheiten, wie sie bei künstlicher oder Stallfütterung leicht vorkommen, sozusagen unbekannt sind. Trotzdem findet eine genaue tierärztliche Kontrolle statt. Die zur Schlachtung bestimmten Tiere werden in einer großen, mit Platten schottischen Granits belegten Halle mittels des Genickfanges blitzschnell getötet, durch Herzstich verblutet und danach mit erstaunlicher Raschheit gehäutet und zerlegt (oft bis zu 2000 Stück am Tage während der ca. 6 Monate dauernden Hauptsaison).

Angesichts des billigen Grundpreises braucht man auf Platzersparnis nicht zu sehen. Überall sind große Räume, zu denen Licht und Luft reichlich Eintritt haben, und in denen von den größten Apparaten und Maschinen bis zu den kleinsten Gerätschaften die peinlichste Sauberkeit herrscht. Diese ist hier um so besser durchzuführen, als das Wasser aus dem Riesenfluß in unbegrenzter Menge zur Verfügung steht. Dasselbe fließt denn auch überreichlich und jedes Fleckchen und Restchen, das sich etwa auf dem mit Steinfliesen Boden bemerkbar machen sollte, wird von den unermüdlichen Spüljungen sofort mit fortgeschwemmt. Nachdem das durch die Schlächter von allen Fetteilen befreite Fleisch genügend abgekühlt ist, wird es auf Hackmaschinen zerkleinert und dann zu Fleischbrühe verarbeitet. Die fertige Suppe wird sehr sorgsam durch Abschöpfen von Fetten und Albuminbestandteilen befreit, worauf sie direkt in gewaltige Vakuumapparate gelangt, die pro Tag oft mehr als 300,000 Liter kräftiger Bouillon verarbeiten müssen.

Nachdem die Suppe in halbkonzentriertem Zustande noch sorgfältig filtriert ist und weitere Apparate passiert hat, ist sie bis auf ein Fünfzigstel ihres ursprünglichen Rauminhaltes vermindert und stellt eine dickflüssige Masse dar. In einer 100 Zentner haltenden Pfanne wird der Extrakt gleichmäßig gemacht und nach stattgefundener Untersuchung noch warm in Blechbüchsen von je einem Zentner gefüllt, die man verlötet. So kommen die großen Büchsen an das General-Depot der Gesellschaft nach Antwerpen, wo die Abfüllung in die bekannten Steinguttöpfe stattfindet, aber erst, nachdem der Fleischextrakt nochmals einer strengen Untersuchung durch den wissenschaftlichen Beirat der Gesellschaft unterworfen worden ist.

Der in dieser Weise hergestellte Extrakt enthält, wie schon betont, weder Eiweiß noch Leim, noch Fett. Er soll lediglich die Extraktivstoffe des Fleisches darstellen, welche allein den hohen Geldwert desselben bedingen. Eiweiß und Fett und sonstige „eigentliche“ Nährstoffe kann der Mensch in ebenfalls leicht verdaulicher Form aus vielen anderen billigeren Nahrungsmitteln auch pflanzlicher Herkunft entnehmen. Was das Fleisch von den Vegetabilien unterscheidet und es den Menschen so wertvoll macht, sind die den Fleischextrakt bildenden sogenannten Extraktivstoffe; sie geben der Bouillon den feinen Duft; dem Braten die kräftige Würze; sie ermöglichen uns sogar, mit nahrhaften Stoffen aus dem Pflanzenreiche, wie Sago, Reis, Hülsenfrüchte &c. und ein wenig Fleischextrakt das teure Fleisch zu ersetzen, worauf schon Liebig mit Vorliebe, und neuerdings Professor König, hingewiesen haben.

Das Beschneiden der Pflanzen.

Der Laie gebraucht bei den Zimmerpflanzen das Messer viel zu ängstlich und zu wenig. Wo ängstliche Sorgfalt jedes Zweigchen behütet und wo man sich über jedes sich neu bildende Blatt freut, da empfindet man es schmerzlich, wenn der Gärtner mit rauher Hand ganze Zweige abschneidet und dadurch die schönen Triebe, die Freude vieler Wochen vernichtet. Zur Erzielung einer hübschen Form, zur Vermeidung von Einseitigkeiten und bei allzu hoch gewachsenen oder infolge von Krank-

heit schlecht gewordenen Pflanzen gibt es keinen anderen Ausweg, als die Anwendung des Messers; die Pflanze wird uns solche Operation meist durch reichliche junge Triebe und oft sogar durch vermehrten Blütenansatz lohnen.

Bei allem Zurückschneiden bediene man sich stets eines scharfen Messers oder einer guten Rosenschere; je glätter der Schnitt, um so schöner und rasc er wird die Wunde vernarben. Größere, dem Stamm beigebrachte Wunden bestreiche man mit Baumwachs; hat aber irgendwo eine Operation mit einer Säge stattfinden müssen, so muß der Sägeschnitt mit scharfem Messer nachgeschnitten werden. Man achte darauf, daß der Schnitt ziemlich dicht über einem Auge oder einem Blatt gemacht werde, denn ein längerer Stummel über einem Auge wird eintrocknen, unschön aussehen und Schlupfwinkel für allerlei Ungeziefer abgeben. Palmen und Pflanzen mit nicht verästeltem langsam wachsendem Stamm, wie Dracaenen, Yucca, Agave und dergleichen dürfen nicht beschnitten werden.

Wie sehen unsere Zimmerpflanzen aus, wenn wir sie nach langer Winterhaft im Frühjahr einmal wieder ins Freie stellen können; Geranien, Fuchsien, Heliotrop, Evonymus, Pelargonien u. a. haben lange, vergeilte, nach abwärts hängende Triebe gebildet, die Blätter sind staubig und schmutzig und die längsten Stäbe wären nötig, um die vergeilten Triebe aufzubinden; doch wir tun dies nicht, es tritt vielmehr das Messer in sein Recht; hat man gut getan, im Winter ruhig wachsen zu lassen, was wächst, so muß im März der ganze Wintertrieb zurückgeschnitten werden, ja, man schneide bei Geranien, Fuchsien, Heliotrop, Lantana, Datura u. a. bis auf 2—6 Cm. vom alten Holz an zurück, und wenn selbst halbe Meter lange Triebe fallen müssen, so tut man den Pflanzen nur einen Gefallen damit. Nach dem Zurückschneiden wasche man den Stamm und die Zweige mit Seifenwasser ab. Bald werden sich überall, selbst am alten Stamm, junge Triebe bilden und die vorher unschöne Pflanze wird nun, wenn die Triebe im Freien oder in mäßig warmem Raum im Licht sich entwickeln, buschig und dicht gedrungen bleiben. Auch die hoch gewordenen Begonien, die Abutilon, Zimmer-Akazien, Habrothamnus, Volkameria, Sparmannia, Rosen, überhaupt alle, lange und weiche Wintertriebe bildenden Pflanzen sollen im März zurückgeschnitten werden. Nach dem Zurückschneiden halte man die Pflanzen einige Tage trocken, keinesfalls dürfen sie gedüngt werden. Es wird zuerst ein Stocken in der Lebenstätigkeit, dann aber eine erhöhte Regsamkeit eintreten, die sich auch in neuer Wurzelbildung äußert. Nach jedem kräftigen Rückschnitt muß ein Versetzen folgen, ein Reduzieren der Wurzeln und ein Anregen der Lebenstätigkeit der Pflanze durch den Versatz, bezw. die neue Erde; da aber beide Operationen zu gleicher Zeit vorgenommen, ein zu großer Eingriff in das Leben der Pflanze wären, wartet man nach dem Zurückschneiden noch 14 Tage bis drei Wochen ab, dann zeigen sich am alten Holz schon die sich entwickelnden Neutriebe, jetzt kann auch die zweite Operation folgen.

Wenn Kalthauspflanzen längere Zeit in zu warmem, wenig hellem Raum gestanden haben, so machen sie unnatürlich lange, vergeilte, weiche Triebe; dies ist der Fall bei Kirschlorbeer, Aucuba, Evonymus, Efeu, Viburnum u. a. Werden dann solche Pflanzen plötzlich der Luft und der vollen Sonne ausgesetzt, so leiden die Blätter dieser Schwächlinge meist not; man wird deshalb gut tun, die zu langen Triebe, ehe man diese Pflanzen auswintert, ganz oder teilweise zurückzuschneiden. Besser wäre es freilich, den Pflanzen die Winterruhe ungeschmälert zu erhalten und ihnen nicht Triebe zu entlocken, die nachher wieder entfernt werden müssen.

Sollen Kamelien, Azaleen und Rhododendron zurückgeschnitten werden, so hat dies ebenfalls im Frühjahr zu geschehen, und zwar gleich nach der Blüte, ehe sich die jungen Triebe entwickeln. Auch die Granat- und Feigenbäume sollen, wenn sie es nötig haben, nur im laublosen

Zustande zurückgeschnitten werden. Bei Oleanderbäumen kann ein Zurückschneiden nötig werden, wenn Äste krank oder dünntriebig werden, die Pflanze über und über verlaust ist oder die Pflanze zu sparrig und überhängend wird. Es geschehe dies im April. Abgeblühte Blütenstände dürfen nicht abgeschnitten werden, da sich an solchen im nächsten Jahre wieder Blüten entwickeln. L. Gräbener

„Die Kultur der Pflanzen im Zimmer".

Wie verwenden wir die Orangenschalen?

Seit durch Spaniens größere Anpflanzungen die Orangen nicht mehr Delikatesse, sondern im wahrsten Sinne des Wortes Volksfrucht bei uns geworden sind, ist man mehr darauf bedacht, die Frucht auch für die Küche nutzbar zu machen. Dieser Nutzen erstreckt sich sogar auf die Orangenschale. Kommt sie doch — nach Dr. Karl Ruß — frisch und getrocknet „als fremdländisches Gewürz" in unserer Küche in Betracht. Als das Gewürzige dieser Schale ist sowohl das in besonderen feinen Drüschen enthaltene, flüchtige und ätherische Öl, als auch ein eigentümlich bitterer, magenstärkender Extraktivstoff zu betrachten.

Hauptbedingung bei der Verwendung von Orangenschalen ist, daß die innere wollige Haut so gut als möglich entfernt wird. Sie können dann eingemacht, getrocknet und kandiert aufbewahrt werden und haben eine solch feine Würze, daß sie der praktischen Hausfrau manche Ausgabe für Orangeat, Zitronen &c. ersparen.

Orangenschalen als Beigabe zu Backwerk, Kompotten, Saucen &c. Man schält die Schale einer Orange fein ab, doch so, daß das Weiße daran zurückbleibt, legt dieselbe in ein Glas und bedeckt sie vollständig mit feinem Zucker, so daß sie ganz davon umhüllt ist. Das Glas wird gut verschlossen und trocken aufgehoben. Man kann die Schale auch in Würfel schneiden oder fein wiegen. So hält sie sich jahrelang. Wiegt man die Schale ganz fein und durchschichtet sie mit Zucker in ein Einmachglas, so nimmt dieser „Orangenzucker" ganz den Geschmack der Schale an und ist statt dieser besonders bei Getränken angebracht.

Getrocknet lassen sich Orangenschalen verwerten als Würze zu Backobst, Backwaren, gedämpften Früchten, kurzum überall, wo man sonst Zitrone verwenden würde. Sie dürfen indes beim Trocknen auf oder in einem Zimmerofen nicht braun werden, sondern müssen hochgelb bleiben. Man bewahrt sie an einem trockenen Orte auf.

Orangenschalen, eingemacht, als Kompott, zur Garnitur von Torten, Reis- und süßen Speisen, auch als Würze zu verwenden. Man trennt die Schalen in vier Teile ab, wirft sie kurze Zeit in kaltes Wasser, läßt sie dann in siedendem Wasser aufwallen und auf einem Sieb abtropfen. Auf 500 Gr. Orangenschalen löst man 400 Gr. Zucker in ganz wenig Wasser auf, klärt ihn, läßt ihn einkochen und gießt ihn über die in einen Topf gelegten Schalen, bedeckt diese und läßt sie bis zum folgenden Tage stehen. Abgegossen, wird der Zucker abermals aufgekocht und dann fügt man auf die angegebene Menge nochmals 300 Gr. hinzu. Sollen die Schalen als Kompott dienen, so kocht man sie in diesem Zucker weich. Dann werden sie in Gläser gepackt, mit dem dicklich eingekochten Zuckersaft übergossen, zugebunden und trocken aufgehoben.

Orangenschalen, kandiert. Die Schale wird in vier Teilen losgelöst, ins kalte Wasser geworfen, in heißem aufgekocht und abtropfen gelassen. Auf 250 Gr. Schalen kocht man 400 Gr. Zucker in der oben angegebenen Weise und gießt ihn über die Schalen, welche 3 bis 4 Tage darin stehen bleiben. Dann füllt man ihn ab, gibt noch 300 Gr. Zucker zu, läßt ihn einkochen, gibt die Schalen hinein und läßt sie kochen, indem man die Kasserolle hin und her schüttelt, bis die Stücke wie mit einem Guß umgeben sind. Alsdann hebt man die Stücke einzeln heraus und legt sie so auf ein mit Öl bestrichenes Papier, daß kein Stück das andere berührt. So werden sie in einen Trocken-

ofen geschoben und bleiben da, bis sie völlig trocken sind. Sie werden wie andere kandierte Früchte als Dessert verwendet, müssen durch und durch vom Zucker durchzogen, weich und von angenehmem Geschmacke sein.

Orangenschalen statt Zitronat. Die in vier oder acht Teilen losgelösten Orangenschalen werden 8 Tage in frisches Wasser gelegt, welches man täglich erneuert. Alsdann gibt man sie mit frischem Wasser zum Feuer und läßt sie einige Stunden kochen. Auf je eine Orange läutert man 120 Gr. Zucker, gibt die gekochten, noch heißen Schalen hinein und läßt sie eine weitere halbe Stunde kochen. Die Schalen werden mit einem silbernen Löffel herausgenommen, eingeschichtet und mit dem Safte begossen. Dieser wird am folgenden Tage nochmals aufgekocht, aber für sich allein aufbewahrt. Die Orangenschalen halten sich sehr lange und sind ganz wie Zitronat zu verwenden.

Backwerk von Orangenschalen.

Orangenkonfekt. Dünn geschälte Orangenschalen werden zwei Tage lang in Wasser eingeweicht, öfters abgegossen und wieder mit frischem Wasser bedeckt. Alsdann kocht man sie weich, drückt sie fest aus und wiegt sie so fein als möglich. Soviel das Gewicht der Schalen beträgt, soviel Zucker nimmt man, kocht ihn mit etwas Wasser zum Faden, gibt die fein gewiegten Schalen dazu und kocht alles nochmals auf. Dann bestreut man ein Brett mit feinem Zucker, gibt von der heißen Marmelade immer einen Theelöffel voll darauf und formt Kügelchen davon, die in dem feinen Zucker umgedreht und mit einem Messer plattgedrückt werden, ehe sie erhärten. Dieses Konfekt hält sich, in Schachteln aufbewahrt, sehr frisch und ist äußerst wohlschmeckend.

Orangenkuchen. Bei Verwendung aller Orangenschalen ist darauf zu achten, daß die Frucht vor dem Schälen oder Abreiben aufs sorgfältigste mit einem sauberen Tuche abgewischt wird. Man schält von drei Orangen die Schalen sehr fein ab, jedoch ohne eine Spur der weißen wolligen Innenseite, kocht diese mit 70 Gramm Zucker und einem Glas Wasser vollständig weich, läßt sie erkalten, nimmt sie aus dem Wasser, schneidet oder wiegt sie fein und läßt sie, mit Zucker bestreut, noch ein Weilchen im Ofen ziehen. Nun rührt man 130 Gr. frische Butter zu Schaum, rührt 4 Eigelb, 3 ganze Eier und 250 Gr. geriebenen Hutzucker, an dem man die Schale von 3—4 Orangen abgerieben, 1 Kilo feinstes Weizenmehl, 1/2 Liter süßen Rahm, 60 Gr. in etwas lauer Milch gelöste Preßhefe, eine Messerspitze Salz und die gedämpften Apfelsinenschalen dazu, rührt davon einen lockeren Teig und läßt ihn eine Stunde aufgehen. Dann schlägt man schnell den Eierschnee der 4 Eier durch, gibt den Teig in eine mit Butter bestrichene Kuchenform und bäckt ihn 1 Stunde.

Aus Orangenschalen kann auch Extrakt, Likör und folgende wohlschmeckende Essenz hergestellt werden.

Orangenessenz. Zu 1/2 Liter Einmachessig nimmt man die Schalen von 2—3 Orangen. Nach etwa vier Wochen gießt man die Flüssigkeit von den Schalen. Diese Essenz hält sich jahrelang, und man benutzt sie mit Vorteil zu einer angenehm schmeckenden Marmelade. Man gießt etwa einen Eßlöffel voll davon in 1 Liter Wasser, fügt 20 Gr. Zucker und nach Belieben Korinthen hinzu, die man vorher aufquellen kann, ebenso geriebenes oder geröstetes Brot. S. Z. f. d. H.

Haushalt.

Einkauf der Eier. Weil die Schale durchlässig ist, dringt auch Schmutz ins Ei. Darum kaufe man nie schmutzige Eier, da die Gefahr vorliegt, daß sie verdorben sind. Da bei kleinen Eiern das Gewicht der Schale verhältnismäßig höher als bei großen ist, kaufe man tunlichst große Eier. — Man kaufe keine Enteneier für Hühnereier. Erstere sind grün oder grünlichweiß, letztere weiß, gelblichweiß bis braun. — Weil die Luft durch die Schale dringt, verdunstet der Eiinhalt, aber er zersetzt sich auch und verdirbt unter dem Einflusse der Luft. Man kaufe also kein Ei ohne Probe. Zwei Proben sind sicher.

1. Die Lichtprobe. Man umschließe die eine Eihälfte mit der rohrartig geformten Hand und sehe von der stumpfen zur scharfen Spitze hindurch. Ist der Inhalt gleichmäßig hell und ohne bewegliche Blase, so ist das Ei frisch und gut; ist es hell, aber eine bewegliche Blase in ihm, so ist es gut, aber schon älter; ist die Mitte dunkel bis schwarz, so ist es schlecht. Besser als die rohrartig geschlossene Hand ist ein Ring (Serviettenring), in den das Ei gerade paßt oder ein Eibecher mit einem Loche im Grunde.

2. Die Wasserprobe. Man legt das Ei in eine Salzlösung (5 Gr. Salz auf 1/4 Liter Wasser). Sinkt es unter, so ist es frisch und gut; ragt die Spitze noch über die Wasseroberfläche, so ist es gut, aber schon älter; schwimmt es oben auf, so ist es schlecht.

Guter Essig muß hell, höchstens blaßgelb und durchsichtig sein; in gut verkorkter Flasche darf er weder einen Niederschlag hinterlassen, noch das Glas blind machen. Schlechter Essig brennt auf die Lippen (Schwefelsäure) und wird selbst in verkorkter Flasche bald undurchsichtig, oft sogar klumpig.

Der Essig ist bloße Würze und hat keinen Nährwert, besitzt aber andere Vorzüge. Er konserviert und macht zugleich mürbe (Fleisch und Obst in Essig). Er zersetzt ferner schwer verdauliche Saucen und Speisen und regt die Verdauungsorgane an; aber im Uebermaß genossen ist er schädlich. Er darf erst den garen Speisen beigegeben werden; vorher hinzugetan, verfliegt er oder läßt die Speisen (z. B. Hülsenfrüchte) nicht weich werden.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Kartoffelsuppe mit Zigererbsen, Rebhuhn, †Linsen auf Wiener Art, *Zitronenmolken.

Dienstag: Maismehlsuppe, †Kabeljau au gratin, *Schwarzwurzelsalat, †Käseauflauf.

Mittwoch: Rübensuppe, Hirn in Sauce, Kartoffelkugeln, *kalte Marmelademehlspeise.

Donnerstag: Gerstensuppe, *Leberpudding, †Dörrkastanien, Sauerkraut, *geschnittene Eier.

Freitag: *Reissuppe ohne Fleisch, *Ochsenzunge au gratin, Spinat, †Goldschnitten.

Samstag: Luftsuppe, †Pichelsteinerfleisch, *Maisgriesschmarren, †Zitroneneis.

Sonntag: Suppe mit verlorenen Eiern, †Seezunge, gebacken, gefüllte Kalbsbrust, Spargeln, *feine Biscuittorte.

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

Kochrezepte.

Reissuppe ohne Fleisch. Bereitungszeit 1 Stunde. Für 5 Personen. Zutaten: 250 Gr. bester, gebrühter Reis, 50 Gr. Fett, Salz, gewiegte Suppenkräuter, 15 Gr. Liebigs Fleischextrakt, 3 Eßlöffel süße Milch, Blumenkohlröschen, Muskatnuß. — Der gebrühte Reis wird mit reichlich Wasser, Salz, Suppenkräutern, unter Hinzugabe von Fett und Blumenkohl weich gekocht und der Fleischextrakt nebst Milch daran getan; mit geriebener Muskatnuß wird gewürzt.

Italienischer Leberpudding. 250 Gramm Schweinsleber, 250 Gr. fettes Schweinefleisch und 250 Gr. Speck werden fein gewiegt, mit Salz, Muskat und Pfeffer gewürzt, gehackte Zwiebeln und Petersilie dazu gegeben und in einer mit Speckschwarten belegten Puddingform im Bratofen 2 Stunden gebacken. Diese vortreffliche Speise schmeckt besonders gut zu Salat und ist sehr sättigend.

Ochsenzunge au gratin, auf südfranzösische Art. Eine blanchierte Ochsenzunge wird in Salzwasser weichgekocht, abgehäutet und nach dem Erkalten in Scheiben geschnitten. Hierauf hackt man Petersilie und ein wenig Knoblauch recht fein, belegt ein Kasserol oder den Boden einer vertieften Schüssel mit dünnen Schinkenscheibchen und einer Schicht der gehackten Kräuter, auf die man einen Teil der Zungenscheiben legt, wiederholt das Ueberstreuen mit den Kräutern und das Einlegen der Zunge, die man mit Pfeffer und Salz würzt, streut geriebenes Weißbrot oben darüber und gießt etwas Fleischbrühe darauf. Man bäckt das Gratin auf Kohlenfeuer unter einem kohlenbelegten Deckel.

Schwarzwurzelsalat. Die gesäuberten, in der Schale gekochten Schwarzwurzeln werden abgezogen und länglich oder in dicke Scheiben geschnitten. Dann durchschwenkt man sie mit einer Remouladensauce, richtet sie bergartig in einer Glasschale an und umgibt sie mit einem Kranz von in Salzwasser abgekochten kleinen Blumenkohlröschen.

Kalte Marmelade-Mehlspeise. Man belegt den Boden einer vertieften Schüssel mit frischbackenen Makronen oder Biscuits, füllt eine Schicht Himbeer-, Erdbeer-, Apfel-, Kirsch-, Aprikosen- oder Quittenmarmelade darauf, die man mit etwas Zitronensaft verdünnt hat. Man schlägt 12 Eiweiße zu steifem Schnee, den man mit 500 Gr. Zucker und ein wenig gestoßener Vanille vermischt, schichtet diesen Schnee bergartig auf die Schüssel, übersiebt ihn mit Staubzucker, läßt ihn in einem schwach geheizten Ofen hellgelb backen, dann erkalten und gibt diese sehr zierlich aussehende Speise mit einer kleinen Himbeer- oder Weinsauce auf.

Zitronenmolken. 1/2 Liter Milch und 1/2 Liter Wasser werden zusammen zum Kochen gebracht, mit dem Saft von 2 Zitronen vermischt, langsam 5 Minuten gekocht, durchgeseiht und mit Zucker versüßt.

Geschnittene Eier. In 80 Gramm frischer, heißer Butter wird 1 gehäufter Eßlöffel geriebenes Weißbrot geröstet und 1 Eßlöffel gehackte Peter-

filie geschwitzt. Dies verkocht man alsdann mit 3/8 Liter saurem Rahm zu einer dicklichen Sauce, in die man 5 hartgekochte, in Scheiben geschnittene Eier gibt. Das Gericht muß sofort aufgetragen werden.

Feine Biscuittorte. Zeit 1½ Stunden. 200 Gr. Zucker, 6 Eier, 160 Gr. gesiebtes Mehl (die Hälfte Kartoffelmehl), 160 Gr. zerlassene Butter. — Im runden Bassin aus Kupfer oder Messing Eier und Zucker über siedendem Wasser mit dem Schneebesen schwingen, bis die Masse schaumig geworden und um das Doppelte gestiegen ist. Dann wird der Kessel vom Feuer zurückgezogen und noch einige Minuten gerührt, das gesiebte Mehl leicht darunter gezogen und nach und nach die zerlassene Butter zugefügt. Die Form wird mit Butter bestrichen, der Boden mit einem Butterpapier belegt und mit Mehl ausgestreut, die Masse hineingegeben und 50 Min. in mäßiger Hitze gebacken.

Aus „Gritli in der Küche".

Österreichischer Maisgriesschmarrn. In 1 Liter siedende Milch quirlt man ½ Liter Maisgries, läßt denselben einige Male aufkochen, dann eine halbe Stunde etwas abseits vom Feuer zu einem dicken Brei dünsten, worauf man ihn in eine Pfanne mit 90 Gr. siedender Butter schüttet, auf einer heißen Stelle zuerst von unten bräunt, umdreht, mit zwei Gabeln zu großen Brocken zerreißt, nochmals etwas fest und braun werden läßt und zu gedünstetem Backobst oder geschmorten frischen Pflaumen aufgibt.

Krankenpflege.

Diätetisches für Nieren- und Blasenkranke. Alle akuten Nieren- und Blasenleiden erheischen Bettruhe, Wärme und überhaupt Ruhe. Aber auch bei chronischen Nierenübeln ist von dem Augenblicke an, wo Geschwulst an den Untergliedern oder im Gesicht auftreten, Bettruhe unerläßlich, selbst dann, wenn der Patient sich nicht so krank fühlen sollte, daß er das Bett aufsuchen müßte. Denn wenn das Leiden noch heilbar ist, so kann es nur bei Befolgung dieser Vorsichtsmaßregeln zur Heilung kommen. Solche Kranke, die noch ausgehen können, müssen Erkältungen jeder Art durch entsprechende Bekleidung 2c. verhindern, denn das Nierenleiden verschlimmert sich dadurch jedesmal. Als Getränk ist Wasser, mit Zusatz von etwas Obstsaft, das beste. Alkoholische und gegorene Getränke müssen vermieden werden. Doch ist es bei vielen Kranken zweckmäßig, die Flüssigkeitszufuhr zu beschränken, um die Harnwege durch vermehrte Absonderung nicht zu reizen. Wird nur schwach gesalzene Nahrung genossen, so verschwindet auch der oft vorhandene Durst. Das beste Nahrungsmittel ist die Milch. Dieselbe hat sich bei Nierenübeln sogar den Ruf eines Heilmittels erworben. Sie kann süß oder sauer, wie auch als Buttermilch genossen werden. Bei Milchdiät ist es sogar ganz unnötig, nebenher noch Wasser zu trinken. Widersteht die Milch, so verabreicht man Mehl-, Gries- und Hafergrützsuppe; auch Obst ist erlaubt. Andere Speisen dürfen in akuten Fällen gar nicht, in chronischen nur in mäßigen Mengen genossen werden und dürfen nicht scharf gesalzen oder gewürzt sein, wie denn überhaupt zeitweise vegetarische Kost Nierenkranken fast immer von Nutzen ist.

Frau Dr. M.

Kinderpflege und -Erziehung.

Mittel gegen Keuchhusten. 3 Gr. Schwefelmilch, 2 Gr. Cochenille, 2 Gr. kohlensaures Natron werden mit 40 Gr. weißem Pulverzucker vermischt und größeren Kindern täglich drei Mal eine Messerspitze voll davon gegeben. Dies Mittel soll auch da noch helfen, wo selbst Chinin erfolglos war.

Gartenbau und Blumenzucht.

Um sehr lange **frischen Spinat** zu haben, macht man vorteilhaft drei verschiedene Aussaaten. Die erste anfangs August für den Herbstbedarf, die zweite Mitte September für den Frühjahrsbedarf und die dritte im Frühjahr, möglichst frühzeitig. Die Aussaat kann sowohl breitwürfig, als auch in Reihen erfolgen. Bei breitwürfiger recht dünner Aussaat und guter Düngung gibt es in der Regel mastigere Blätter und von etwas dicker Reihensaat einen um einige Zeit früheren Ertrag. Der Spinat liebt lockeren, stark gedüngten Boden und eine freie warme Lage, bei trockener Witterung fleißige Bewässerung, bei trübem Wetter kräftige Dunggüsse. Der Spinat läßt sich auch ganz gut als Zwischenfrucht anbauen, zum Beispiel zwischen Frühkartoffeln, Zwiebeln u. s. w. Beste Sorten Spinat für jederzeitige Aussaat geeignet, sind: „Gaudry", verbesserter dunkelgrüner spätaufschießender, „Viktoria", „Goliath", großblättriger, „Großblättriger scharfsamiger".

Der Gemüsefreund.

Tierzucht.

Der **Zeisig** ist einer der bekanntesten und am häufigsten vorkommenden Stubenvögel. Unermüdlichkeit im Gesang und Zutraulichkeit haben ihn zum Freund jedes Vogelliebhabers gemacht und er ist daher fast überall zu finden. Seine Nahrung besteht aus Mohn, Kanariensamen und etwas angequetschtem Hanf. Erlen- und Distelsamen sind Leckereien für diesen grünen Sänger. Zur Bastardzüchtung wird er mehrfach herangezogen und sind ganz gute Erfolge mit ihm erzielt worden.

Frage-Ecke.

Antworten.

15. Fragen Sie bei der Droguerie Wernle, Augustinergasse, Zürich an; wenn es dort nicht erhältlich ist, finden Sie das **Ruiolin** vielleicht bei Finsler, Droguerie zum Meiershof, Münstergasse, Zürich. Eva.

16. Vollwertige **Naturbutter** gibt es jetzt zu Fr. 1.40 per Pfund genug in Guggisberg, z. B. bei Käser Wyß im Allmetli; herrliche Läffli und **Schinken** in Schwarzenburg, z. B. bei Metzgermeister Grünig. F.

17. Gewöhnlich entfernt man die Schwarte, ehe man den Brotteig um den **Schinken** schlägt. Nach englischer und französischer Manier wird diese aber erst nach dem Backen entfernt. Sie können den Schinken warm und kalt servieren. Hausfrau.

18. **Marmor** reinigt man mit leichter Mühe mit Marmorgries. In Packeten à 15 und 25 Cts. erhältlich bei E. Frei, Nordstraße 193, Zürich IV.

19. Wenn Hühner sich gegenseitig die Federn abfressen, verwendet man gerne eine Abkochung von Aloë (30 Gr. auf 100 Gr. Wasser). Man bestreicht damit das Gefieder. Der bittere Geschmack bringt die Tiere schließlich von ihrer Unart ab. Aehnlich sollten Sie vorgehen bei Ihrem **Papagei**; immerhin ist es gut, wenn Sie sich zuerst erkundigen, ob Aloë dem Vogel nicht schadet. Marie.

19. In Band 18 von Grethleins praktischer Hausbibliothek: „Unsere ausländischen Zimmervögel" schreibt A. Wulf, man dürfe Papageien nie menschliche Nahrungsmittel geben, wie Butterbrot, Kartoffeln 2c.; Federfressen und andere Untugenden seien die Folge davon. Er empfiehlt als Futter Pferdezahnmais, den man etwas ankochen kann, besser aber trocken gibt, ferner Hanf und Sonnenblumensamen, auch ungeschälten Reis und Hafer. Weiter etwas Eierbrot oder Zwieback, vorzugsweise trocken, sowie gute Nüsse und Mandeln (vorher probieren!), wenig reifes Obst: Aepfel, Birnen, Kirschen, Weintrauben, keine Südfrüchte, statt deren lieber schwach gesüßtes, eingemachtes Obst. Unentbehrlich ist Holz zum Nagen, besonders Zweige von Obstbäumen, Weiden, Ebereschen, letztere mit den Früchten.

20. Sie haben ganz recht, zu Bolero-, also auch Reformkleidern passen **Schürzen** irgend welcher Art nicht gut. Am besten kleiden wohl die das ganze Kostüm deckenden, eigentlichen Reformschürzen. Will man aber auch Zierschürzen im Haus tragen, so kann man leicht in Verlegenheit kommen. Meiner Erfahrung nach tut man gut, ziemlich weit unten in der Taille die im Reformschnitt gearbeitete Schürze in zwei Trägern auseinandergehen zu lassen und sie namentlich über die Schultern mit Spitze, Stickereivolants 2c. reich zu garnieren. Die Träger knöpft man dann hinten an die Schürzenseitenteile und kann dabei die sogenannten Bindebänder, die hinten die Schürze zusammenhalten sollen, event. entbehren.

Mir scheint bei Reformkleidern und Schürzen sehr wichtig, daß man über Schultern und Brust breit scheint, da die Taille ja auch größeren Umfang hat als bei den zweiteiligen Kleidern.

Eine Reformfreundin.

21. Bürsten Sie die **Seidenbänder** recht gut aus, vermischen Sie dann Eigelb mit Spiritus und bestreichen das Band damit, resp. die Flecken. Nach dem Trocknen wird das Eigelb weggekratzt. Haftet noch ein Rest daran, so reiben Sie solchen mit einem in warmes Wasser getauchten Leinwandläppchen aus. Emmy.

Fragen.

22. Kann mir eine erfahrene Gartenfreundin sagen, ob es irgend eine Gefahr mit sich bringt, **Obstbäume** mit Kunstdünger zu düngen? Im voraus besten Dank.

Eine Unerfahrene am Vierwaldstättersee.

23. Wer kann mir tüchtigen **Kochherdfabrikanten** und gutes System (Kohlenfeuerung) nennen für Haushalt von 7—8 Personen? Zum voraus dankt bestens Alte Abonnentin.

24. Ich habe ein hübsches **Rosenstöcklein** in unserer Wohnstube, das aber immer mit Milben an den jungen Zweigen bedeckt ist. Weiß mir jemand ein radikales Mittel zur Vertilgung? Zacherlin wirkte nur vorübergehend.

Blumenfreundin.

25. Wodurch unterscheidet sich eigentlich die **vegetarische Küche** von der Fleischküche? Ist sie wirklich der letzteren vorzuziehen, wie man so oft sagt? Ich lasse mich gerne von Sachverständigen belehren und danke für jede Auskunft.

Aline.

26. Unser Hausherr, der lange Jahre in Indien verbrachte, erzählt viel von dort genossenen **Gerichten** „Bouillon Quatre Cantons" und „Filet de boeuf à l'Esplanade". Kennt vielleicht eine der freundlichen Leserinnen die beiden Rezepte? Für Ueberlassung derselben wäre sehr dankbar J. S.

27. Wo bezieht man **Linoleum** am besten? Ist es wirklich vorteilhafter, seine Böden belegen zu lassen? Muß man denn nicht auch dem Belag fast ebenso viel Aufmerksamkeit widmen, wie früher dem Holz der Fußböden?

Junge Hausfrau.

Es ist für das geistige und körperliche Wohlbefinden der Kinder von großem Nutzen, wenn sie morgens vor dem Schulgang ein sättigendes und gut nährendes Frühstück zu sich nehmen können. Der **reine Hafercacao, Marke Weisses Pferd** (in roten Paketen und Cartons in Würfel- und Pulverform überall zu haben) ist ganz besonders geeignet, diese Forderung zu erfüllen. Es wird auch jeder Erwachsene diesen Cacao zu seinem gesundheitlichen Vorteil genießen.