

Objekttyp: **Issue**

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

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

Heft 14

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.



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

**No. 14.** XV. Jahrgang. | | Erscheint jährlich in 24 Nummern | | **Zürich, 25. Juli 1908.**

Bleibe nicht am Boden heften,  
 frisch gewagt und frisch hinaus!  
 Kopf und Arm mit heitern Kräften  
 Ueberall sind sie zu Haus;  
 Wo wir uns der Sonne freuen,  
 Sind wir jede Sorge los;  
 Daß wir uns in ihr zerstreuen,  
 Darum ist die Welt so groß.



**Falsches und richtiges Sparen im Haushalt.**

Von E. Krickberg.  
 (Nachdruck verboten.)

II.

En gros kauft man vorteilhafter ein, als en détail — diese Regel bewahrheitet sich auch bei unseren Anschaffungen für Küche und Speisekammer.

Es ist eine allgemeine Sitte der Kaufleute, das zum Einwickeln der Ware benutzte Papier resp. die Düte in das Gewicht der Ware mit einzuschließen, so daß wir von dieser also jedesmal so viel weniger erhalten, als das Papier wiegt, und der Ausfall ist für uns natürlich um so größer, je kleiner die Quantitäten sind, die wir jedesmal einkaufen. Man soll

ihn nicht zu gering einschätzen, im Lauf eines Jahres sammelt sich ein ganz ansehnlicher Betrag zusammen. Wir können uns davon überzeugen, wenn wir es uns nicht verdrießen lassen, einmal eine Zeitlang das Nettogewicht der erstandenen Waren daheim festzustellen. Bei Waren, die uns mit dickem Pergamentpapier umhüllt verkauft werden, wie Butter, Käse, Aufschnitt etc., ist der Ausfall noch beträchtlicher. Außerdem haben die Butterverkäufer noch die Sitte, das Papier mit Wasser zu befeuchten, um das Anhaften der Butter zu verhindern, und es geschieht mit um so größerer Gewissenhaftigkeit, als das Wasser zugleich ein Gewicht repräsentiert, das der Verkäufer an Butter spart. Was aber im Augenblick bei einem einzelnen Pfund kaum merkbar ist, das wird zu Summen im Laufe der Zeit.

Setzen wir den Fall, das zum Einwickeln von einem Pfund Butter benutzte befeuchtete Papier wiegt ca. 6 Gramm, was eher zu niedrig, als zu hoch gegriffen ist, und in einem Haushalt mittlerer Größe beträgt der Monatsverbrauch an Butter 15 Pfund, so beläuft sich der Verlust an Ware im Monat auf 90 Gramm, das

sind im Jahre mehr als 2 Pfund, in Geldwert nach den heutigen Preisen 4 Fr. in runder Summe.

Nun haben wir bei unserer Rechnung noch nicht in Betracht gezogen, daß stets ein gewisser Teil Butter trotz der Befeuchtung des Papierses an ihm haften bleibt und verloren geht, und der Verlust ist bei zehn einzeln eingewickelten Pfunden natürlich beträchtlich größer, als bei einem einzigen Ballen von 10 Pfund. Wir dürfen uns bei den oben angenommenen Verhältnissen die Ersparnis beim Engrosbezug von Butter auf mindestens 25 Fr. pro Jahr berechnen.

Ähnlich verhält es sich mit allen anderen Nahrungsmitteln. Fehlbetrag des Gewichtes und ungünstigere Einkaufsbedingungen bei Entnahme kleiner Warenposten verteuern im Gesamtkonsum den Haushalt beträchtlich und darauf müssen wir auch großen Wert legen, wir erhalten auch bessere Waren bei Engrosbezug. Wir gelten dem Kaufmann als gute Kunden und er wagt nicht so leicht, uns geringwertige Waren anzubieten; die erhält die sogenannte Laufkundschaft, die oft nur viertel- und halbpfundweis einkauft, denn der Händler sagt sich, daß er dabei viel mehr „einwiegt“ als bei größern Posten und also selber ein schlechtes Geschäft macht. An sich ist dies Prinzip freilich ungerecht und bedauerlich genug, weil gerade die armen Leute darunter zu leiden haben. Wer einen größeren Posten Ware auf einmal kauft, würde natürlich auch nicht stillschweigen, wenn er minderwertige erhalten sollte, und sie einfach dem Kaufmann wieder zur Verfügung stellen.

Selbstverständlich werden wir uns in kleineren Haushaltungen die Kolonial- und Materialwaren nicht in Viertelzentrnern auf Vorrat kaufen, das wäre nicht rationell, da viele Waren bei zu langem Aufheben an Qualität einbüßen und zudem wäre es bei der Notwendigkeit, sie unter starker Kontrolle zu halten, damit sie nicht verderben, eine Last. Immerhin sollten wir uns wenigstens den Monatsbedarf im Ganzen anschaffen, auch das bedeutet

schon eine beträchtliche Ersparnis, eine pekuniäre sowohl, als auch, was für manchen Haushalt noch wertvoller ist, eine ganz ungeheure Ersparnis an Zeit. Man bedenke doch, wie viele Stunden in der Woche unser Dienstmädchen mit dem Einholen für die Küche zubringen muß und wie viele es dabei noch überflüssig vertrödelt. „Ich komme nicht zum Nähen und Ausbessern“, sagt die geplagte Hausfrau, „ich muß den ganzen Vormittag am Herd in der Küche stehen, mein Mädchen hat mit dem Einholen ja völlig zu tun.“ So vermeide man doch dieses zeitraubende Einholenlassen. Man revidiert am Beginn jedes Monats an der Hand einer einfür allemal aufgestellten Liste unserer Bedarfsartikel, die auch alle Kleinigkeiten, wie Gewürze, Salz, Streichhölzer &c. berücksichtigt, die noch vorhandenen Vorräte und ergänzt, was für den Zeitraum eines Monats nötig ist. Dann braucht das Mädchen nicht seine Zeit auf der Straße zu vertrödeln, es kann die Hausfrau in der Küche entlasten, die dann ihrerseits imstande ist, das Nähen und Ausbessern zu besorgen, was doch auch eine willkommene Ersparnis im Haushalt bedeutet.



### ☞☞☞ Nährsalze. ☞☞☞

Nährsalze sind das Stichwort der gesamten Ernährungsreform geworden und die Erfahrung hat ja auch tausendfach bestätigt, daß die Annahme einer ungenügenden mineralischen Ernährung als Ursache der meisten Krankheits- und Entartungs-Erscheinungen gerechtfertigt war. Zahllose Kranke verdanken einer rationellen Zuführung von nährsalzreichen Nahrungsmitteln ihre Wiederherstellung. Leider tritt der Erfolg nicht immer ein. Und dies ist nicht, wie man wähnen könnte, ein Beweis, daß die Nährsalztheorie eben doch ein Irrtum wäre, sondern es hat seine Ursache in dem Umstand, daß selbst unsere Obst- und Gemüseanlagen zum Teil auf verbrauchtem, von Rohstoffen entblöhten

Erdboden angewiesen sind. Aus diesem Grunde ist auch die Qualität des Obstes sehr verschieden und durchaus nicht alles Obst enthält wirklich die theoretische Zusammensetzung.

Man wäre demnach in der unangenehmen Lage, trotz reichlichen Obst- und Gemüsegenusses nicht sicher zu sein, die so notwendigen Mineralstoffe in genügender Menge zu sich zu nehmen.

Da ist es denn als ein außerordentlich wichtiger Fortschritt zu bezeichnen, daß wir Nährsalze in reiner Form auf chemisch-mechanischem Wege gewinnen können. Diese Nährsalze entfalten, in den Stoffwechselprozeß eingeführt, dieselben Effekte, wie diejenigen des Obstes und der Gemüse. Nur daß hier durch die reine, absolute Form eine genaue Dosierung und eine völlig normale Zusammensetzung möglich ist, was namentlich für die Durchführung einer Regenerationskur von Interesse ist. Wenn diese Nährsalze auch keinesfalls den Genuß frischen Obstes als Nährsalzspendern verdrängen sollen, so werden sie doch unschätzbare Dienste leisten überall da, wo frisches Obst nicht zu beschaffen ist oder nur in wenigen Sorten, die keineswegs alle für die normale Ernährung nötigen Mineralien in richtigem Verhältnisse enthalten. Da die Aufnahme der Nährsalze überdies an keine Grenze gebunden ist, so kann sie durch die künstlichen Nährsalze beliebig gesteigert werden, ohne die Quantität des unverwertbaren Faserstoffes des Obstes mitverzehren zu müssen. Außerdem ist es nicht notwendig, nährsalzarme Genußmittel absolut zu meiden, weil ihnen Nährsalze in entsprechender Menge zugesetzt werden können. Bei der diätetischen Bedeutung der Genußmittel eine nicht hoch genug zu schätzende Tatsache.

In Unbetracht der bekannten hochwichtigen Rolle der Salze im Lebensprozeß sind diese reinen Nährsalzprodukte nur dringend zu empfehlen. Unter Ausbarmachung aller Erfahrungen und Forschungen auf dem Gebiete der Nährsalztheorie, der Biochemie und Mineralogie

und an Hand der genannten persönlichen und maschinellen Hilfskräfte hat es sich die Firma F. Zahner & Co., Naturwerk in Kreuzlingen, zur Aufgabe gemacht, ein Nährsalz zu fabrizieren, wie es in idealerer und zweckmäßiger Herstellung nicht gedacht werden kann.

Diese Firma versendet auch Gratis-Prospekte und Broschüren über physiologische Nährsalze, Refir, Dr. med. Reichs Nährsalz-Bananen-Frucht-Kakao, Nährsalz-Normal-Kaffee, Kakao &c. Wir haben uns durch persönliche Erfahrung von den Vorzügen dieser physiologischen Salze überzeugt. Sie können auf die bequemste Weise allen Speisen beigemischt werden, ohne deren Geschmack zu verderben. Zu betonen ist übrigens, daß dieselben keine Medikamente, sondern konzentrierte Nahrungsmittel sind. Dr. A. F.



#### ◆◆◆ „Raffinierte Butter“ ◆◆◆

Daß es raffinierte Leute gibt, das habe ich leider schon oft erfahren müssen, d. h. eigentlich sind nur ihre Pläne und ihre Schleichwege, ihre Machenschaften &c. raffiniert; aber das genügt, um mit dem Wort „raffiniert“ von vorneherein nicht allzu dicke Freundschaft zu suchen. So überlegte ich, als mir die raffinierte Butter zur Probe vorgelegt wurde. Daß die Raffinerie und das Raffinement ja zwei grundverschiedene Begriffe sind, dämmerte mir erst auf, als ich an der raffinierten Butter auch nicht die Spur irgend eines heimtückischen Uderchens entdecken konnte, sondern nur die höchste Reinheit als Haupttugend daraus hervorleuchten sah. Raffiniert heißt also in diesem Falle „gereinigt“ und zwar in höchster Potenz gereinigt.

Bekanntlich besitzt die Butter, wie sie aus dem Rahm der Kuhmilch bereitet wird, und wie sie im Handel vorkommt, einige unangenehme Eigenschaften, als da sind: Mehr oder minder hoher Wassergehalt — von andern minderwertigen Zusätzen sei nicht einmal gesprochen — leicht oxydierbare Fettsäure und stickstoffhaltige

Rückstände. Diese Beigaben führen eine rasche Zersetzung herbei, so daß die Butter ranzig wird. Durch das Einkochen der Butter begegnen wir Hausfrauen wohl diesem Übelstande einigermaßen, wir berauben aber dadurch die Butter einiger ihrer wertvollsten Eigenschaften, namentlich des Wohlgeschmackes und der leichten Verdaulichkeit.

Nun ist es der Firma Schubert in Zürich gelungen, durch ein besonderes Verfahren die Butter, ohne sie zu kochen, so zu präparieren, daß sie alle Eigenschaften einer ausgezeichneten frischen Butter mit der größten Haltbarkeit verbindet. Die „Ärztliche Zentralzeitung“ in Wien schreibt darüber u. a.:

„Die ‚Schubert-Butter‘ ist eine raffinierte Rahmbutter, die nichts anderes ist, als das durchaus reine, unverfälschte 100%ige Fett der Kuhbutter, gewonnen durch sorgfältige Ausscheidung der darin enthaltenen leicht zersetzlichen und schwer verdaulichen Bestandteile. Zu diesem Ergebnis wird weder ein chemisches Hilfsmittel noch ein fremder Fettzusatz verwendet. Die chemische Analyse ergibt:

Wassergehalt . . . . .	0%
Aschegehalt . . . . .	0%
Fett . . . . .	100%

Also reinstes Butterfett ohne Verunreinigungen und Zusätze, deren es bei der gewöhnlichen Marktbutter eine Menge gibt z. B. minderwertige Fette und leicht oxydable Fettsäuren. Diesem Umstande hat die Schubert-Butter die große Haltbarkeit zu verdanken, sie hält sich unter luftdichtem Verschuß auch Jahre lang vollständig unverändert in gutem Zustande, ohne ranzig zu werden und ohne an Qualität einzubüßen. Daher eignet sich Schubert-Butter, wie die lange Erfahrung bewiesen, zum Export in die Tropen, zur Verproviantierung des Heeres und der Marine, zur Verwendung in Bäckereien, im Haushalte und namentlich in Krankenhäusern und Sanatorien, da sie eine ideale Butter für Kranke und Rekonvaleszenten vorstellt. Für Magenleidende namentlich ist der Genuß einer solchen reinen Butter, die

nie ranzig wird, eine Wohltat und gesundheitliche Notwendigkeit. So ergibt sich für die Anwendung dieses vortrefflichen Produktes ein weites Gebiet und es ist Sache des Hygienikers, auf die guten Eigenschaften desselben beständig hinzuweisen.“

Ich habe die raffinierte Butter zu weißen Saucen, zu feinen Gemüsen, zu französischen Omelettes, in Puddings und Aufläufen, mit einem Wort überall verwendet, wo sonst frische Butter genommen wird und überall die besten Erfolge, d. h. einen feinen Wohlgeschmack an den Speisen dabei erzielt. Das zu verwendende Quantum darf etwas geringer sein, weil die Butter eben reines Fett ist. — Ich gebrauche sie aber auch zum Backen und Braten wie gesottene Butter und auch hier war das Resultat sehr gut.

Ist das Fabrikat beim Ankauf auch etwas teurer als gewöhnliche Butter, so gleicht sich diese scheinbare Mehrausgabe durch den kleinern Verbrauch aus und dabei genießt man wirklich das Feinste, Beste und Bekömmlichste, was an Fett genossen werden kann. Die Schubert-Butter wird namentlich im Sommer, wo die Butter so schwer frisch zu erhalten und an Orten, wo frische Butter überhaupt schwierig zu beschaffen ist, ausgezeichnete Dienste leisten. E. C.-St.



#### Zur fleckenvertilgung.

Fettflecke entfernt aus Wollkleidern am besten feiner, heißer Sand, wenn man solchen in ein weißes Leinwandstück bindet und damit sachte über den Fleck fährt.

Butterflecke entfernt man aus Weißzeug und farbigen, waschbaren Stoffen, indem man den Stoff leicht anfeuchtet, den Fleck mit einem in Benzin oder Terpentinöl getauchten Lappen tüchtig einreibt, ihn dann mit Löschpapier bedeckt und mit einem warmen Bügeleisen überbügelt. Darauf wird der Stoff mit warmem Seifenwasser ausgewaschen und mit reinem Wasser nachgespült. Bei Seiden- oder heißen Stoffen wird der Fleck mit einem dünnen Teig aus gebrannter Magnesia und Schwefeläther bedeckt und nach dem Trocknen abgebürstet.

Um Fettflecke aus Seide zu entfernen, beneht man den Fleck mit Branntwein und läßt den Stoff 1 Stunde ruhig liegen. Nun bestreicht man die Stelle mit Eigelb und reibt leicht mit den Fingern. Hernach wird mit frischem Wasser nachgewaschen und leicht ausgedrückt. Das Verfahren ist gegebenenfalls zu wiederholen.

Brandflecke aus weißer Wäsche entfernt man, indem man sie mit kaltem Wasser anfeuchtet, mit Salz bestreut und in die Sonne legt. Nach einigen Stunden sind die Flecke verschwunden.

Eingebrannte, gelbbraune Flecke aus Lampenglocken kann man vollständig entfernen durch tüchtiges Reiben mit angefeuchtetem Kochsalz.

Druckflecke auf Plüsch kann man beseitigen, indem man die Rückseite des Stoffes leicht anfeuchtet und über heiße Dämpfe oder über ein heißes Bügeleisen zieht.



### Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Gesundheitsuppe, Hackbraten, †Kohlrabi, Pellkartoffeln.

Dienstag: Geröstete Brotsuppe mit Rümml, \*gedämpfte, gespickte Kalbskoteletts, Bratkartoffeln, Salat, Kirschkompott.

Mittwoch: Gebundene Reissuppe, Schmorbraten, Kesen (Kiesel), Kartoffelsalat.

Donnerstag: Grüne Suppe, †Rinderzunge wie Essigsfleisch zubereitet, Spähli, Stachelbeerkompott.

Freitag: \*Weiße Mehlsuppe, †Spießleber, Bohnen, Kirschsoufflé.

Samstag: Dünklsuppe, gefotenes Rindfleisch, \*Teltowerrübchen, \*Kirschcreme.

Sonntag: Butternodersuppe, \*Kapaun in Olivenragout, Kalbsrücken, Salat, Pommies fritos, †Johannisbeertorte.

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

### Kochrezepte.

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

**Feine weiße Mehlsuppe.** Man bringt 3 Liter Wasser mit einem Stück Butter von der Größe eines Eies zum Kochen und gibt drei größere, fein gewiegte Zwiebeln hinein. Nun tut man in einen andern Topf einen halben Liter kaltes Wasser und quirlt in dieses drei große Kochlöffel voll besten Weizenmehls. Wenn das Zwiebelwasser eine Stunde gekocht und das kalte Wasser mit dem Mehl ein Stunde gestanden hat, wird beides vermengt, und die Suppe muß sodann noch eine Stunde oder länger kochen. Sie muß ganz gläsern aussehen, nicht trübe, wie jede zu wenig gekochte Mehlsuppe. Eine halbe Stunde vor dem Anrichten gibt man eine Tasse ungekochte

Milch oder Rahm zu der Suppe, die man über 70 Gr. frischer Butter, welche in die Terrine gelegt wird, anrichtet.

**Kapaun in Olivenragout.** Die vorgerichteten, ausgenommenen Hühner werden wie sonst gebraten und das Fleisch in zierlichen Stücken von den Knochen abgelöst. Die Lebern wiegt man fein mit einem Duzend abgeschälter spanischer Oliven. Dann macht man eine dunkle Mehlschwitze, gibt die gehackten Lebern und Oliven, Fleischbrühe, etwas gestoßene Nelken, ein Glas Mabeira und möglichst viele abgeschälte runde Oliven, das Hühnerfleisch hinein, läßt es im Wasserbade tüchtig durchziehen und trägt es in einem Teig- oder Reisrand auf.

**Heringegericht.** Neue Kartoffeln, von denen man die kleinen wählen kann, die sonst in der Küche nicht gern gesehen sind, werden abgekocht und sofort geschält. Nun zerläßt man ein reichliches Stück Butter im Topf, gibt die Kartoffeln hinein, übergießt sie mit einem Löffel voll dicken sauren Rahm, unter den man reichlich gehackte Peterfilie und gehackten Schnittlauch, sowie eine Prise Pfeffer gemischt hat, und läßt die Kartoffeln damit aufkochen. Gute neue Fettingeringe, die man gewässert hat, oder Matjesheringe, die nicht zu weich sein dürfen, zieht man ab, entfernt die Kiemen und Augen aus den Köpfen, schneidet die Bäuche glatt und legt nun die ganzen Heringe auf die Kartoffeln, deckt den Topf zu, läßt es einige Minuten kochen, wendet die Heringe behutsam auf die andere Seite, läßt sie wieder kochen, bis sie ganz durchkocht, aber nicht zerfallen sind und hebt sie dann vorsichtig herunter. Die Kartoffeln werden in eine Schüssel getan und die Heringe sternenförmig darauf gelegt. So gelangt das Gericht zu Tisch und ist eine, besonders bei den Herren beliebte, delikate und pikante Abendbrotschüssel.

**Gedämpfte, gespickte Kalbskoteletten.** Ziemlich starke Koteletts werden geklopft und mit feinem Speckfäden durchzogen. Dann bestreut man sie vorsichtig mit Pfeffer und Salz, legt sie nebst einigen Scheiben magerem Speck oder rohem Schinken, Wurzelwef und einem Lorbeerblatt in eine Kasserolle, übergießt sie mit kräftiger Brühe und einem Glase Weißwein, deckt einen gut passenden Deckel auf und läßt sie langsam weichdämpfen, indem man sie öfter mit der Brühe überfüllt und auf diese Art glaciert.

**Teltower Rübchen.** Die Rübchen werden gut geschält, die großen einmal durchgeschnitten, dann mit lauwarmem Wasser rein abgewaschen und in kochendem Wasser einmal aufgekocht. Dann gießt man das Wasser ab, setzt die Rübchen hierauf mit einem Stück Butter und etwas kochender Fleischbrühe aufs Feuer und läßt sie weich dämpfen. Nun nimmt man feinen Zucker (zu 2 Liter Rübchen 65 Gr.), kocht diesen mit ein paar Löffel Wasser hellbraun, stäubt 2 Eßlöffel Weizenmehl daran und läßt dies ein paar Augenblicke mit dämpfen, füllt dann von der Brühe, worin die Rübchen

lochten, einige Löffel voll darauf, läßt nochmals aufkochen, kräftigt den Geschmack mit 12 Tropfen Maggis Suppenwürze, gießt die Sauce über die Rübchen und läßt sie kurz damit durchdämpfen.

**Schnittlauchsauce.** 1 Selleriewurzel, 1 gelbe Rübe, 1 Petersilienwurzel und eine halbe Zwiebel werden feingeschnitten, in etwas Butter eine halbe Stunde langsam gedünstet, 1—2 Kochlöffel Mehl beigegeben und kurz mitgedämpft. Es wird hierauf etwas Wasser und Fleischbrühe zugegossen, mit Salz und Pfeffer gewürzt und alles zu einer sämigen Sauce gekocht, die passiert und über ein Eigelb, etwas Zitronensaft und ein Gäßchen Maggis Würze angerichtet wird. Die Sauce wird mit Schnittlauch überstreut zu Tisch gebracht.

**Kirschcreme.** Ausgesteinte Kirschen werden gekocht. In den Saft verrührt man Maizena, gibt die Kirschen hinein, süßt und kocht die Masse 10 Minuten. Alsdann kommt steifer Eischnee darunter. Man gibt die Masse in kleine Porzellanförmchen, läßt sie im Wasserbad erstarren, stürzt und reicht kalten Rahm dazu.

**Hargauer Torte.** Zeit 2 Stunden. 250 Gr. Zucker, 250 Gr. geriebene gelbe Rüben, die feingeschnittene Schale und der Saft einer Zitrone, 5 Eier, 1—2 Löffel Rum, Arrak oder Kirchwasser, 1—2 Löffel Kartoffelmehl oder Maizena.

Zucker und Eigelb eine halbe Stunde schaumig rühren, die geriebenen gelben Rüben dazugeben und nochmals tüchtig rühren. Dann die übrigen Zutaten, zuletzt den Eierschnee beifügen, die Masse in ein gut mit Butter bestrichenen, mit Mehl bestäubtes Blech einfüllen und die Torte bei mäßiger Hitze eine Stunde backen. (Vorzüglich.)

**Himbeerbowl.** 500 Gr. oder auch mehr Himbeeren, 1 Liter alkoholfreier Wein,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, 200 Gr. Zucker. — Beeren, Wasser und Zucker werden dem Wein beigemischt und in den Keller gestellt oder sofort serviert.

Auf diese Weise kann man Erdbeer-, Pfirsich- und Aprikosenbowl zubereiten; große Früchte werden in Scheiben geschnitten.

### Eingemachte Früchte.

**Marmelade von Beerenfrüchten u. Steinobst aller Art.** Auf je 1 Kilo Früchte, 6 Deziliter Wasser, 500 Gr. Stockzucker, 200 Gr. Grieszucker.

Die Früchte werden lagenweise mit dem Grieszucker in eine tiefe Schüssel gebracht und über Nacht in den Keller gestellt. (Aprikosen, Pflaumen zc. halbiert und entsteint). Will man die Früchte zusehen, so wird zuerst der Stockzucker mit dem Wasser zur großen Perle gekocht, dann die nun im Saft schwimmenden Früchte mit dem allenfalls noch anklebenden Zucker hinzugefügt und die Marmelade unter öfterem Umrühren vom Zeitpunkt des Kochens an zirka 10 Minuten gekocht. Diese Art der Zubereitung ist vorzüglich. Sie erhöht das Aroma der Früchte.

### Winke für die Küche.

**Gemüsezubereitung.** Zur Zeit der nun immer reichlicher auf den Markt kommenden jungen Gemüse erscheint es angebracht, nochmals darauf hinzuweisen, daß zu ihrer Zubereitung kein Abbrühen erforderlich ist und daß möglichst wenig Wasser verwendet werden sollte, sofern man auf die Erhaltung der besten Nährstoffe und des Aromas den Wert legt. Es gilt also mehr die Gemüse in wenig Flüssigkeit weich zu dünsten, als sie in viel Wasser weich zu kochen, denn sämliches Wasser läßt sich dann nicht zum Beiguß verwenden. Jedenfalls sollte das nährstoffhaltige Wasser niemals fortgegossen, sondern stets zu Suppen verwertet werden. (Spargel-Blumenkohl-suppe.) Gemüse, wie z. B. einige Kohllarten und Spinat haben häufig einen strengen Geschmack, der manchmal dem Boden, auf dem sie wuchsen, dann aber auch starker Düngung entspringt. Dieser unangenehm hervortretende Geschmack darf dennoch nicht zum Abkochen in Wasser und Fortgießen desselben verleiten; ein Zusatz von Milch führt einen Ausgleich herbei. Also mit wenig Wasser und auf mäßigem Feuer langsam dünsten, wenn anders die Gemüse von wirklichem Nutzen für den richtigen Aufbau des Körpers sein und zur Erhaltung der Gesundheit dienen sollen. Daß Gemüse durch diese Zubereitungsart zuweilen an gutem Aussehen etwas verlieren, darf, als nebensächlich, nicht in's Gewicht fallen.

**Die Tomaten.** Für alle Hausfrauen, die gerne das ganze Jahr hindurch eine gute Zutat zur Verbesserung ihrer Saucen und Suppen wünschen, möchte ich gerne auf folgendes Rezept aufmerksam machen, das schon Jahre lang erprobt und als vorzüglich anerkannt ist. Es ist noch zu wenig bekannt, welchen köstlichen Schatz für unsere Küche und Tafel wir in den Tomaten besitzen. Daß die Tomaten in reifem Zustand, als Salat, zu Saucen und Fleisch, wegen ihres Wohlgeschmacks gern und viel Verwendung finden, wissen alle Hausfrauen, ebenso ist auch das Einlegen der reifen Tomaten in Salzwasser nichts Neues. Doch daß die Tomaten mit folgenden Gewürzen eingekocht, uns zu Suppen, Saucen, kaltem Fleisch und Fisch eine angenehme und pikante Zutat sind, verdient immer mehr Verbreitung. Man nehme das Neupere ohne die Kerne von zwölf großen reifen, Tomaten, hacke zwei rote Pfefferschoten oder span. Pfeffer, den man jetzt in jeder Apotheke fein gestoßen kaufen kann, davon nimmt man einen kleinen Kaffeelöffel dreiviertel voll; eine große Zwiebel wird sehr fein dazu gehackt, dann ein Eßlöffel Zucker, ein Kaffeelöffel voll Ingwer, Zimt, Gewürznelken und eine Tasse Essig dazu getan und das Ganze zu einer dicken Masse gut eingekocht. Dann füllt man die Masse noch heiß in Gläser und tut, wenn sie erkaltet ist, einen Kaffeelöffel voll Del darauf und bindet die Gläser mit Pergamentpapier fest zu. So eingekocht, halten sich die Tomaten, bis es wieder neue gibt.

**Gartenbau und Blumenzucht.**

Der Gartenschlauch ist ein arger Feind der in unseren Gärten und Gartenanlagen sich befindenden Vogelnester, wenn seine Handhabung nicht mit der nötigen Vorsicht geschieht. So mancher Gartenbesitzer ist jetzt bestrebt, durch fleißiges Bewässern mittels des Gartenschlauches das Gedeihen seiner Bäume und Sträucher zu befördern. In ihnen befinden sich aber die Nester der den Garten bewohnenden Vögel. Man führe darum den Wasserstrahl nicht von unten her in die Bäume, da man sonst die Nester mit den Jungen herunterspritzen kann. Niemals aber richtet man Schaden an, wenn man den Wasserstrahl zwischen den Bäumen durch oder an der Außenseite derselben in die Höhe gehen läßt, so daß das Wasser von oben her gleich Regen auf die Bäume niederschneit. Aus demselben Grunde richte man den Schlauch auch nie von der Seite her gegen die Hecken und Sträucher, wie man so oft beobachtet.

**Tierzucht.**

Die Erziehung der kleinen Hunde beginnt jetzt und macht der Hausfrau oft viel Ärger, denn eine Lieblingsbeschäftigung der kleinen Vuffels ist das Zerbeißen von Schuhen, Tüchern zc. Man gebe ihnen, wie man ja auch Kindern ein kleines Beißzeug gibt, ein abgerundetes, weiches Stück Holz zum Knabbern und Spielen in den Hundekorb. Man ist dann vor Schaden und der kleine Pflegling vor mancher Tracht Prügel bewahrt.

**• Frage-Ecke. •****Antworten.**

65. Nur nicht zu viel klopfen und reiben, sondern täglich mit einem Wollappen unter der Blochbürste leicht über das Linoleum hinfahren. Schmutzige Stellen mit einer Mischung von Milch und Wasser aufwaschen und alle Monate einmal mit heller Bodenwische einreiben und nachglänzen — vor allem aber gute Qualitäten — keine Bazarware einkaufen. **Bücherin.**

66. Es geht einem oft merkwürdig beim Sterilisieren. Ganz gleich vorbereitete und ganz gleich behandelte Gemüse, die auch gleichzeitig in den Apparat gesetzt werden, fallen oft verschieden aus und niemand kann ergründen, weshalb. Wahrscheinlich haben Sie beim Brühen zu viel Gemüse auf einmal hineingetan, so daß das Innere noch kalt geblieben ist. — Neue Gummiringe geben Sie und da einen eigentümlichen Geschmack ab. Brühen Sie die Ringe mit heißem Sodawasser und bringen Sie sie dann in kaltes. Gut Glück für die neue Sterilisierzeit. **Großmutter.**

67. Da ist wahrscheinlich alles verloren. Wenn Sie Zeit und Brennmaterial daran wagen wollen, so bringen Sie die Zwetschgen nochmals aufs Feuer, lassen die Masse langsam heiß werden, aber nicht ins Kochen kommen, ziehen dann die Zwetschgen heraus, kochen den Sirup unter Zusatz von etwas Wasser oder Wein und etwas ganzer Zitronenschale (nur das Gelbe) noch etwa 10 Minuten, gießen den Saft wieder über die Zwetschgen. Für den Erfolg übernehme ich keine Garantie. **Mitabonnetin.**

68. Das lohnt sich nicht, Linoleumteppiche bemalen zu lassen. Die so aufgetragene Farbe würde sich noch viel rascher ablaufen, als die ursprüngliche. Bringen Sie den abgelaufenen Teppich in ein Lokal, wo es weniger auf die Schönheit, als den Schutz gegen Kälte ankommt und kaufen Sie einen guten neuen und behandeln Sie diesen recht sorgfältig. **Bücherin.**

69. Ich kenne nur den Reliable-Petrolapparat, da ich einen solchen in einem Kochkurs, den ich mitmachte, im Gebrauch sah. Wir waren alle entzückt davon. Es ging viel schneller, als mit einem gewöhnlichen Petrolherd. Denn, sobald das Gas entwickelt ist, was sehr schnell der Fall ist, so ist eine große Hitze da, ohne mehr Petrolverbrauch. Er ist auch leicht reinzuhalten, da es keinen Ruß gibt. **Kochstudentin.**

70. Die Palmen vertragen das Abschnneiden der dürren Spitzen an den Blättern während des ganzen Jahres. Sie sollten freilich keine dürren Spitzen bekommen. Es ist dies schon ein krankhafter Zustand. Für die Palmen ist eine Temperatur von 10—15° R. zu empfehlen. Zugluft ist zu vermeiden, sonst aber ist die Zuführung von frischer Luft sehr wertvoll. Das Gießen geschieht regelmäßig und durchdringend; wo Unterfeßer unter den Blumentöpfen stehen, da muß das überschüssige Wasser immer fortgegossen werden. — Defteres Ueberbrausen und Abwaschen der Blätter ist von großer Wichtigkeit, das erfrischt die Pflanzen und unterstützt die Atmung der Blätter. Das Abwaschen der Blätter sollte allwöchentlich vorgenommen werden, dagegen kann man das Ueber-spritzen oder Betauen täglich vornehmen; an sehr warmen Tagen oder im geheizten Zimmer darf das sogar zweimal geschehen. Zum Gießen nimmt man abgestandenes Wasser, dem man, wenn die Palmen sich im Wachstum befinden, etwas Hornspänenwasser oder einen sonstigen Pflanzendünger in starker Verdünnung zusetzen kann.

71. Ich empfehle Ihnen folgendes Rezept: Waldheidelbeeren füllt man, nachdem sie ausgegüht und gewaschen sind, in ganz sorgfältig gereinigte Weinflaschen, bis diese fast voll sind. Durch Schütteln und Stoßen lassen sie sich ziemlich zusammenpressen, doch dürfen sie nicht zerquetscht werden. Dann stellt man einen größeren Topf, zur Hälfte mit Wasser gefüllt, auf das Feuer. Ist das Wasser so warm, daß man gerade noch die Hand hineinhalten kann, so stellt man sofort die unverkorkten Flaschen vorsichtig, damit sie nicht zerspringen, hinein; der Hals muß un-

gefähr eine Handbreite über die Wasserfläche emporragen. Ist der Topf aus Metall, so muß man, um den Boden der Flaschen vor ungleicher Erhitzung zu bewahren, einen Strohteller oder einen mehrfach zusammengelegten Lappen auf den Boden des Topfes legen. Jetzt bringt man das Wasser rasch zum Sieden und läßt es 3—8 Minuten lang kochen. Durch das Kochen des Wassers erreicht der Inhalt der Flaschen den Siedepunkt 80° R. Schnell muß jetzt die erste Flasche aus dem Topf genommen und noch über dem heißen Herd gehalten, Augenblicklich mit fehlerlosem, trockenen Korkstöpsel geschlossen und gut versiegelt werden; dann kommt eine zweite Flasche mit Wasser u. s. f. Wenn die Flaschen ganz abgekühlt sind, legt man sie im Keller horizontal auf eine Weinlege oder auf Sand.

72. Stellen Sie einen mit Speck bestrichenen flachen Teller oder deren mehrere auf. Die Ameisen werden durch den Geruch angezogen, gehen hin und kleben daran. Man streift sie ab, wäscht den Teller und fährt weiter mit dem Fang, bis sie „alle“ sind. Hausfrau vom Lande.

74. Den sterilisierten Rahm der Berner Alpenmilchgesellschaft (es kann sich ja nur um sterilisierten handeln, da anderer den Transport im Sommer nicht verträgt), finden Sie in jedem Delikatessgeschäft. Da ich Ihren Wohnort nicht kenne, nenne ich Ihnen beispielsweise das Geschäft Gloor, Kronengasse, Marau. Marauerin.

### Fragen.

75. Wer würde mir wohl Auskunft zu geben über das neue Gemüse „Helianthi“? Ich las vor längerer Zeit schon einmal davon, beschloß aber noch abzuwarten mit anpflanzen, bis ich etwas darüber erfahren hätte, welchen Wert es als Nahrungsmittel hat. Nun würde es mich aber doch interessieren, zu hören, ob andere Gartenbesitzer schon diese Pflanze, die an Wuchs der Sonnenblume ähnlich sein soll, wie der Name sagt, selber kultiviert hätten und befriedigende Resultate damit erzielt. Wann werden die Knollen geerntet und wie in der Küche zubereitet? Ist das Gewächs ein- oder zweijährig oder kann es wohl wie die schnell wachsenden Kürbisse sogar noch im Sommer gepflanzt werden? Ich hoffe, daß alle Hausfrauen, die schon Erfahrung mit dem Kochen von Helianthi machten, darüber berichten werden. Besten Dank. J.

76. In verschiedenen Blättern wird in letzter Zeit ein neues Waschmittel Bonum, auch Persil empfohlen, bei dem alles Reiben der Wäsche wegfällt und das sonst noch viele Vorzüge haben soll. Kann mir vielleicht jemand aus Erfahrung sagen, ob diese Waschmittel wirklich zu empfehlen sind. Ich würde die Annehmlichkeit dieser vereinfachten Wäsche gerne genießen, fürchte aber, daß diese Präparate scharfe Substanzen enthalten und den Stoffen schaden. Für gütige Antwort danke bestens Frau L.

77. Könnte mir jemand ein gutes Rezept zu „Käsestangen“ geben. Mein Mann liebt dieses

Gebäck so sehr; in meinem Kochbuch finde ich es aber nicht. Junge Abonnentin.

78. Wer könnte mir sagen, wie man Flecken in Tapeten, die wahrscheinlich von der Feuchtigkeit von außen herkommen, da das Zimmer auf der Westseite liegt, entfernt? Marie.

79. Wie kann man einer Hauskatze das Lauern auf Vögel und sogar das Fressen derselben, wenn sie sie bekommt, abgewöhnen? Wir haben in unserm Garten mit vielen Bäumen und Sträuchern eine Menge Singvögel. Unser sonst so braves Büßi scheint Geflügel sehr gerne zu schmausen und nimmt neben den Mäusen mit Vorliebe junge Amseln, Meisen und auch Spazien. Es ist ihr schon mit Erschießen gedroht worden. Aber bevor ich dieses Radikalmittel zugebe, möchte ich doch von den andern Lesern noch hören, ob das Büßi wirklich nicht von dieser schlechten Gewohnheit zu befreien ist. Anna.

80. Was soll man mit leeren Konservbüchsen, alten Blechwaren, Eisendraht und abgerissenen Stanniolkapseln u. flaschenkapseln tun? Wie und wozu können solche Abfälle noch nutzbar gemacht werden? Abonnentin.

81. Wie kann man die lästigen Stechmücken (sogen. „Schnogge“) vertreiben oder unschädlich machen? S.

82. Ist der tägliche Gebrauch von Maggis Suppenrollen der Gesundheit zuträglich? Ist Bleibigs Fleischextrakt Maggis Suppenwürze zur Verbesserung von Saucen vorzuziehen. Für Aufklärung danke zum voraus L. B.

**Zu Ehren** der realen Geschäftswelt sei konstatiert, dass diese nur die echte Heublumenseife von Grolich führt.



**Für 6.50 Franken**  
versenden franko gegen Nachnahme  
brutto 5 Ko. ff.

**Toilette-Abfall-Seifen**  
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke  
der feinsten Toilette-Seifen).

**Bergmann & Co.,**  
Wiedikon-Zürich.