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

Band: 16 (1909)

Heft: 1

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.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- u. Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich III.

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. 1. XVI. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | Zürich. 2. Januar 1909.

Zwei Dinge sind schädlich für jeden,
Der die Stufen des Glücks will ersteigen:
Schweigen, wenn's Zeit ist zu reden; —
Reden, wenn's Zeit ist zu schweigen.

Vom Sauerkraut und anderm.

Das Sauerkraut hat, wie jedes andere Gemüse, seine Geschichte. Den ersten Anbau des Kohls glaubt man einem Bruder Küchenmeister in einem der rasch aufblühenden Klöster verdanken zu müssen. Das Sauerkraut finden wir schon in den Kapitularien Karls des Großen erwähnt, ebenso Anweisungen, wann und wie dasselbe eingelegt werden muß. Bis zur Zeit der Renaissance blieb Sauerkraut das einzige eingemachte Gemüse, alle anderen wurden frisch verbraucht. Nach vorhandenen Urkunden reicht der Sauerkrauthandel Magdeburgs elbauf- und elbabwärts bis in die Mitte des 16. Jahrhunderts zurück. Jenseits der Vogesen nimmt man an, alles Sauerkraut sei in Straßburg zu Hause, dennoch bewahrt Magdeburg, die alte Kohlstadt, noch immer ihren Ruf, ihr folgt Mainz im Range als Sauerkrautstadt. Von Natur eigentlich Winterspeise und jedem zugänglich, dem Armen und Reichen, dem Bürger und Bauer, erscheint das „deutsche Essen" als Saisondelikatesse doch bereits im Juli und bildet die passende Unterlage für andere feine Saisongenüsse, z. B. Feldhühner, Krammetsvögel, Austern &c. Den ganzen Winter durch ist es dann auf Tisch und Tafel gerne gesehen und nimmt erst wieder Abschied, wenn die ersten Radieschen sich zeigen. Das Sauerkraut ist auch das einzige Gemüse, das poetisch verherrlicht wurde. Kein Geringerer als Uhland hat ihm ein bleibendes Denkmal gesetzt.

„Auch unser edles Sauerkraut,
Wir sollens nicht vergessen!
Ein Deutscher hat's zuerst gebaut,
Drum ist's ein deutsches Essen!"

Mit der zweiten Strophe seines Gedichtes:

„Und wenn ein Fleischchen weiß und mild
Im Kraute liegt, das ist ein Bild
Wie Venus in den Rosen!"

bringt uns Uhland auf die zum Sauerkraut passenden Beilagen.

„Da tritt zunächst das brave Schwein
In seine vollen Rechte ein,

BIBLIOTHEK 5652 BERN

Und des durchwachsnen Speckes Kraft
Durchdringt das Kraut mit würz'gem Saft!"

singt Dr. A. Schwarz in seinem „Hohenliede vom Sauerkraut." „Das Fleischchen weiß und milde" und der „durchwachsene Speck", von dem Dr. Schwarz redet, sind identisch, ein Gericht, das in Süddeutschland fast zur winterlichen Tageskost gehört.

Die Zusammenstellung von Sauerkraut und Schweinefleisch ist ebenfalls echt deutschen Ursprungs, denn die alten Germanen wurden auch als die Erfinder des Pökelns und Räucherns angesehen. Altdeutsche Hausfrauen verstanden die Kunst so ausgezeichnet, daß römische Feinschmecker ihr Rauchfleisch aus Germanien bezogen. Im Jahre 301 nach Christus setzte Kaiser Diokletian in seinem Maximaltarif gleiche Preise fest für gallische, belgische und westfälische Schinken, und doch waren die letzteren die besten. Je nach den Gegenden sind indes die Beilagen zum Sauerkraut verschieden. Während Donnerstags ganz Berlin unter dem Zeichen von Sauerkraut, Erbsbrei und Eisbein steht, ißt der biedere Schwabe „all Däg Krut und Spätzle" und nur in den besseren Familien „a Fleusch" dazu, und zwar „das Fleischchen weiß und milde."

Die Niedersachsen lieben Sauerkraut und Erbsbrei gemischt, dort Lehm und Stroh genannt, die Salzburger in Ostpreußen schmoren Sauerkraut in Gänsefett und backen Krapfen dazu. Von den Armen wird es oft roh, mit Essig und etwas Öl oder Fett angemacht, genossen. Sauerkraut wird auch den Herren der Schöpfung als wirksam gegen Katzenjammer empfohlen.

Sauerkraut in Champagner gekocht, macht als Delikatesse viel von sich reden. Doch soll es oft hiermit gehen wie mit dem bekannten Schinken in Burgunder — beides setzt der Küchenchef dem Herrn auf die Rechnung und trinkt es selbst. Champagner eignet sich zum Kochen noch weit weniger als Burgunder. Jede Hausfrau von heute weiß doch, daß Champagner kein Champagner mehr ist, wenn ihm die prickelnde Kohlensäure fehlt und diese geht beim Kochen zum Schornstein hinaus. Ein Guß Champagner kurz vor dem Anrichten, im letzten Augenblick darüber gegeben, kommt der Illusion zu Gute und auf so kurze Zeit bewahrt Champagner wohl auch ein wenig Kohlensäure.

Das „deutsche Essen" wird auch von anderen Nationen gewürdigt und ist auch in Rußland zur Nationalspeise geworden. Selbst die Herren Franzosen lieben es, obgleich sie vorher viel über die „deutschen Sauerkräutler" gewitzelt haben. Heute geht ihnen „choucroute" über manche Delikatesse.

Hohe Gönner haben dem Sauerkraut nie gefehlt. Karl der Große soll es allen Gemüsen vorgezogen und oft genossen haben. Friedrich der Große, der sich trotz seiner Einfachheit gerne ein wenig um den Speisezettel kümmerte, führte bestimmte Tage ein, wo es auf der königlichen Tafel erscheinen mußte. Kaiser Wilhelm I. liebte es in Verbindung mit Erbsenbrei oder den historischen Quatschkartoffeln. Auch Napoleon III. hatte ein Faible für das Sauerkraut, bis ihm, wie es heißt, „seine Eugenie den deutschen Geschmack vertrieb."

Der große Komponist Händel schwärmte für Sauerkraut. Sein größter Kummer war es, daß er während seines Aufenthaltes in England kein Sauerkraut bekam, obgleich das Gemüse den Engländern nicht fremd war. Sie gebrauchten es bei der Marine als Skorbutmittel.

Bereits 1850, als der Ruf des Sauerkrautes noch sehr in den Windeln lag, nannte ein Gelehrter es bereits „den Theriak unter den Speisen". Theriak ist bekanntlich der Name eines von Andromachus, dem Leibarzt Neros erfundenen, ursprünglich aus mehr als 60 Stoffen zusammengesetzten Heilmittels, das als Universalmittel in hohem Ansehen stand.

Liebhaber des Sauerkrautes und Feinschmecker behaupten, daß dasselbe durch Aufwärmen gewinne — je öfter aufgewärmt, um so besser.

Dies wußte nach W. Busch, dem großen Humoristen,

„. . . Die Witwe Bolte,
Welche in den Keller wollte,
Daß sie von dem Sauerkohle
Eine Portion sich hole,
Wofür sie besonders schwärmt,
Wenn er wieder aufgewärmt!"

Busch scheint dem aufgewärmten Sauerkraut überhaupt gut zu sein, denn er beschäftigt sich viel damit. In seinem kostbaren Prosabüchlein, Eduards Traum, heißt es: „Was nun aber das Kunstwerk anbetrifft, meine Lieben, so meine ich, es sei damit ungefähr so wie mit dem Sauerkraut. Ein Kunstwerk, möchte ich sagen, müßte gekocht sein am Feuer der Natur, dann hingestellt in den Vorratsschrank der Erinnerung, dann dreimal aufgewärmt im goldenen Topfe der Phantasie, dann serviert von wohlgeformten Händen und schließlich müßte es dankbar genossen werden mit gutem Appetit."

Auch Uhlands Lied vom deutschen Essen und vom „Fleischchen weiß und milde" klingt noch weiter:

„Und wird von schönen Händen dann
Das schöne Fleisch zerleget,
Das ist's, was einem deutschen Mann
Gar süß das Herz beweget."

Ich aber rechtfertige mich, ein so prosaisches Thema wie Speck und Sauerkraut behandelt zu haben, mit dem Schlußwort des Dichters:

„Ihr Freunde, tadle keiner mich,
Daß ich von Schweinen „singe",
Es knüpfen Kraftgedanken sich
Oft an geringe Dinge!"

Z. d. V. f. h. F.

Selbstkocher oder Kochkiste?

In unseren Tagen, wo die Hausfrau viel mehr als früher, von der Zeit, die sonst für Küche und Hauswesen bestimmt war, an andere Beschäftigungen abzugeben gezwungen ist, sucht man ihr Hilfsmittel aller Art zu verschaffen. Die Industrie ist erfinderisch. Verschiedene Maschinen, Selbstreiniger, Selbstkocher, Sparkocher und wie die schönen Dinge alle heißen, stehen zur Verfügung. — Seit Susanna Müllers erstem Kochkorb ist ein Vierteljahrhundert verflossen und die gute Susanna wäre erstaunt, sähe sie ihr Prinzip, das Prinzip des Garkochens der Speisen direkt unter dem Siedepunkt, heute an allen Ecken und Enden Triumphe feiern. Freilich wäre sie auch ein bißchen betrübt, denn ihr Werk und ihr Ziel waren stete Verbesserungen. Sie wollte absolute Reinlichkeit, sann Tag und Nacht darauf, wie Stoffe, Filz, Decken und Kissen, diese Träger von allerlei Miasmen, entfernt und durch andere schlechte Wärmeleiter ersetzt werden könnten.

Endlich gelang es ihr, in ihrem Original-Selbstkocher wirklich ein ideales Küchengerät herstellen zu lassen: Ein braunlackierter Blechzylinder, doppelwandig, innen emailliert, mit einem gut schließenden Deckel — das ist der ganze Apparat. Die Einsatzgeschirre, die selbstverständlich genau in den Zylinder hineinpassen und mit diesem gekauft werden müssen, sind in Email oder Aluminium, auf Bestellung hin sogar in gut verzinntem Kupfer, erhältlich. Die Schweizerische Selbstkochergesellschaft, Hauptverkaufsstelle in Zürich: Dr. A. Gerbers Molkerei, Feldstraße, Zürich III, hält diese Kocher in allen Größen vorrätig und versendet auf Wunsch Preislisten gratis.

So einleuchtend nun die Wirksamkeit dieses wirklich dienstbeflissenen Gehilfen der Hausfrau ist, so hat er dennoch einen Feind und dieser böse Feind ist eigentlich, genau besehen, ein bloßes Trugbild. Er heißt: hoher Preis. „Ja, so ein Original-Selbstkocher könnte mir schon gefallen," so seufzt manche Hausfrau, „aber — er ist mir zu teuer." Die gute Frau vergißt dabei, daß sie zwei bis drei neue Kochtöpfe damit kauft, daß sie einen enormen Sparer an Zeit und Brennmaterial ersteht, der sich in einem Jahre bezahlt macht, und der, was nicht zu unterschätzen ist, eine beinahe unbegrenzte Haltbarkeit besitzt. Wenn sie morgens ihre für den Mittagstisch bestimmten Gerichte vorkocht, so kann sie sie mittags gar und schmackhaft dem Kocher entnehmen, diesen rasch mit einem trockenen Tuche ausreiben, ihn unbedeckt

bis am Abend stehen lassen, und dann ist ihre Küche tadellos hygienisch bestellt.

Und nun die Kochkiste. Die Kochkiste tut den gleichen Dienst inbezug auf das Garkochen, weil sie demselben Prinzip dient. Aber, sie steht in Hinsicht auf Reinhaltung, im Hinblick auf die notwendigen hygienischen Vorsichtsmaßregeln kaum viel höher, als Susanna Müllers erster Kochkorb. Holzwolle und Decken aus Stoff mit Watte und Holzwolle gefüllt, sind das, die Wärme zusammenhaltende Umhüllungsmaterial. Dampf und durch Unvorsichtigkeit ausgeschüttete Flüssigkeit oder Bestandteile der eingesetzten Gerichte, setzen sich in dieser weichen, porösen Umgebung fest und ein Herd von Bazillen ist im Nu vorhanden. Man kann allerdings dieses billige Material leicht ersetzen; aber wer sagt, daß man es häufig genug tut und wo liegt schließlich der Zeitgewinn, wenn wir, anstatt den Mahlzeiten unsere Aufmerksamkeit zuzuwenden, sie auf die Instandhaltung der Kochkiste zu richten haben?

Unsere Erwägung geht also dahin: Wer irgendwie im Falle ist, einen Selbstkocher zu kaufen, der sehe von der Kochkiste ab. Susanna Müllers Original-Selbstkocher — man beachte diese Marke — erfüllt alle Bedingungen der Hygiene. Die Kochkiste ist ein wohlfeiler, aber inbezug auf Reinlichkeit und Gesundheit höchst unvollständiger Ersatz.

Die Verwendung des Weihnachtsbaums.

Von R. Rothardt.

(Nachdruck verboten.)

In manchen Familien hat der Weihnachtsbaum seinen Zweck erfüllt, wenn das Fest vergangen ist. Meistens wird er wohl auch noch in das neue Jahr hinüber gerettet, um nochmals an der Jahreswende in seinem Glanze zu erstrahlen. Dann aber wandern die Hunderttausende von Weihnachtsbäumen hinaus auf den Hof und finden dort ein unrühmliches Ende. Nur in ganz wenigen Familien besteht noch die Sitte, ihn bis zu Ostern aufzubewahren; das gelingt aber nur, wenn man ihn an kühle Orte stellt, denn in einem geheizten Zimmer werden die Nadeln trocken und fallen ab.

Wer das rasche Verdorren vermeiden will und gern noch ein Andenken an den Weihnachtsbaum bewahren möchte, der diesmal vielleicht Zeuge einer ganz besonderen Familienfestlichkeit, etwa einer Verlobung, gewesen ist, der kann sich einige Zweige imprägnieren in einer Lösung von Glyzerin und Wasser, jedes zu gleichen Teilen. In diese Mischung legt man die Zweige und läßt sie etwa zwei Wochen darin liegen. Alsdann nimmt man sie heraus, läßt sie trocknen und braucht dann nicht mehr zu befürchten, daß die Nadeln abfallen.

Unbekannt dürfte es wohl auch sein, daß man die Tannennadeln zur Füllung von Kissen benutzen kann. Sie geben in der Tat sehr widerstandsfähige, nicht zu harte Füllungen ab. Natürlich muß man ein ganz besonders kräftiges Inlett wählen und als äußeren Bezug einen soliden Stoff. Hierzu empfiehlt sich besonders Leder, etwa das weiche englische oder Fensterputzleder, wie ja überhaupt das ähnlich aussehende sämische Leder gegenwärtig als Kissenbezug modern und überhaupt elegant ist. Die Tannennadeln behalten lange ihren Duft und dieser soll ein ganz ausgezeichnetes Mittel gegen Kopfschmerz sein. Man sieht, sogar als Arzt des Leibes macht sich der Weihnachtsbaum noch nützlich, nachdem er als Freudestifter und Seelenarzt schon tüchtiges geleistet hat.

In Bauernfamilien geht wohl kaum ein Weihnachtsbaum zu Grunde, ohne daß nicht ein oder zwei Quirle aus den Zweigansätzen geschnitten wurden. Diese sind leicht herzustellen, indem man zunächst die Schale von Stamm und Zweigen löst, die Zweige kreisförmig gleich lang abkürzt und den Stamm je nach Wunsch handgerecht beschneidet. Die Quirle halten sich sehr gut und erfüllen ihren Zweck ausgezeichnet.

Kleinere Zweige mit etwas harzigem Ende bewahrt man auf und legt hin und wieder einen gleichsam als Räucherkerze in den Ofen, wo er langsam verglimmt. Auf diese Weise kann man sich noch monatelang durch den angenehmen harzigen Weihnachtsgeruch an das Fest erinnern lassen.

Die größeren Zweige gehen natürlich noch schneller den Weg alles Vergänglichen, sie werden als Brennholz verwandt und wandern in das alles verzehrende Feuer. Bald ist dann von dem Kronzeugen des Weihnachtsfestes nichts weiter übrig, als ein Häufchen Asche.

Haushalt.

Feine Spitzen kann man selbst färben, aber nicht mit Cremestärke, da zarte Gewebe leicht durch diese Stärke angegriffen werden. Man bindet etwas Goldoker in einen Wollappen und schwenkt dieses in lauwarmem Regenwasser einige Zeit hin und her. Nachdem man an einem Spitzenrestchen ausprobierte, ob das Wasser den gewünschten Farbeton erhielt, taucht man die zu färbenden Spitzen hinein, um sie später halbfeucht zwischen saubern Tüchern zu plätten. Nach dem Plätten sind sie übrigens heller als im feuchten Zustand.

Das Explodieren der Petroleumlampe, auch wenn sie mit gut gereinigtem Petroleum gefüllt ist, kommt immer noch vor. Entweder ist die Lampe selbst fehlerhaft oder es liegt am Docht, der die Dochtröhre nicht ganz ausfüllt. Infolgedessen tritt Luft zu dem Petroleum des Oelbehälters. Worauf hat man also beim Einkauf des Dochtes sein Augenmerk zu richten? Wenn Petroleumlampen nach monatelanger Ruhe wieder in Benutzung genommen werden, ist eine gründliche Reinigung derselben dringend geboten. Am besten gießt man den Petroleumrest weg und entfernt den alten, filzig gewordenen, zum Brennen untauglichen Docht. Dabei sind Brenner und Oelbehälter gründlich zu reinigen.

Das Auslöschen der Lampe geschieht am besten durch Zurückschrauben des Dochtes, bis allmählich die Flamme erlischt. Blase nie die Lampe von oben, sondern von der Seite her aus! Abgesehen davon, daß ein unangenehm riechender Qualm entsteht, kann auch leicht eine Explosion herbeigeführt werden.

Gewöhnlichen **Stärkekleister** stellt man her, indem man Wasser mit etwas Stärke auf + 70° C erhitzt, ohne zu kochen. Um das Sauerwerden zu vermeiden, setzt man auf 500 Gr. Kleister 10 Gr. Alaun oder eine Messerspitze Salizylsäure zu.

Küche.

Kochrezepte.

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

Festsuppe. 50 Gr. feines Hafermehl, 50 Gr. Fett, 100 Gr. Suppengrün, bestehend aus Petersilie, Schnittlauch und Zwiebel, Salz, 2½ Liter Wasser und Weißbrotklößchen.

Das Hafermehl wird mit der fein geschnittenen Zwiebel im Fett ein wenig geröstet, das Wasser langsam dazu gerührt und gesalzen. Petersilie und Sellerie, fein geschnitten, fügt man der Suppe bei und kocht sie ½ Stunde. Unterdessen hat man die Weißbrotklößchen zubereitet, gibt sie in die Suppenschüssel, den Schnittlauch ebenfalls und richtet die Suppe darüber an.

Weissbrotklösschen. 100 Gr. weiches weißes Brot, 2 Eier, 1 Deziliter Milch oder Rahm, Salz, 50 Gr. Brosamen, Backfett.

Das Brot wird mit kochender Milch oder Rahm überschüttet und gut zerdrückt. Die geschlagenen Eier werden darunter gemischt. Von dieser Masse sticht man mit einem Löffelchen Klößchen ab, paniert sie in einer Tasse mit Brosamen und backt sie gelbbraun in heißem Backfett.

Ref. Küche.

Gefüllter Kapaun. Zeit 2 Stunden. 1 Kapaun, 100 Gr. Fett 50 Gr. Speck, Salz. Zur Farce: 1 Deziliter Rahm, 6 Eßlöffel Brösel, 125 Gramm frisches Nierenfett, 2 Eidotter, 1 Löffel gehackte Petersilie, 8 gehackte Champignons, 2 Schalotten Salz. — Der Rahm wird mit den Brösseln und den Eidottern gemischt, das gehackte Rindsnierenfett, sowie die gewiegte Leber und Herz des Kapauns ebenfalls beigegeben; die Schalotten, Champignons und Petersilie dämpft man in etwas Butter und fügt sie zu der Farce, füllt den Kapaun, näht zu und brät ihn im heißen Ofen. Sehr fein.

Aus „Gritli in der Küche".

Fleischresten-Gerichte. Geschmortes Fleisch: Fleischresten aller Art (Fischreste ausgenommen), löse man sorgfältig von den Knochen, und schneidet alles in kleine Würfel, wobei man Fett und Knorpel entfernt. Zu einem Teil Fleisch schneidet man drei Teile roher Kartoffeln würfelig, und füllt nun beides mit feingeschnittenen Zwiebeln, Pfeffer, Salz und kleinen Butterstückchen in eine Auflauf- oder Puddingform. Obenauf kommen Kartoffeln. Ueber das Ganze gießt man einige Löffel sauren Rahm und die vorhandene Bratensauce. Die Speise wird im Bratofen oder im Heißwasserbade etwa 1½ Stunden geschmort. Hat man keine Bratensauce mehr, dann löst man eine Bouillonkapsel in heißem Wasser und gibt die Lösung über die Speise. — Mit einer frischen Serviette umwunden wird die Form zu Tisch ge-

bracht. Die Speise eignet sich als Vor- und Zwischenspeise oder als Abendplatte.

Fleisch mit Reis: Man kocht die Knochen des übrig gebliebenen Fleisches gut aus und gießt die Brühe durch ein Haarsieb. In dieser Bouillon dünstet man ein halbes Pfund Reis weich. Die Fleischresten selbst wiegt man sehr fein mit Gewürzen, schwitzt zwei Löffel Butter mit zwei Löffel Mehl, gibt Salz, Pfeffer, Zwiebeln, Zitronensaft hinzu und vermengt alles mit den Fleischresten, indem man Sauce und Fleisch aufkochen läßt. In eine feste Form, die mit Butter gut bestrichen ist, gibt man eine Lage Fleisch mit Sauce, dann eine Lage Reis, Fleisch und wieder Reis. Obenauf streut man nach Belieben Parmesankäse oder legt Butterstückchen auf. Diese Speise muß eine Stunde im Bratofen schmoren und kommt in der Form zu Tisch.

Fleischsalat: Alle feingehackten Fleischreste mache man mit Oel, Zitronensaft und Gewürzen wie Salat an; hartgekochte Eier darunter gehackt, verbessern das Gericht. Gurken, Zwiebeln, rote Rüben sind auch nach Belieben zu verwenden.

Selleriegemüse. 1½ Kilo Selleriekollen, 7 Deziliter Wasser, Salz, 80 Gr. Fett, 50 Gr Mehl. — Die geputzten Knollen werden in Stücke geschnitten und mit Wasser und Salz ½ Stunde gekocht. Im heißen Fett wird das Mehl geröstet, fein geschnittenes Selleriekraut gedämpft und dem Gemüse beigerührt. Man läßt es noch ¼ Stunde kochen und kann nach Belieben beim Anrichten 2 Dezil. sauren Rahm oder Zitronensaft beimischen.

Vacherin. Man schlägt 10—12 Eiweiße zu sehr steifem Schnee, mischt 500 Gr. feingesiebten Zucker darunter und teilt die Masse in zwei gleiche Teile, die man in ziemlich flachen, mit Butter bestrichenen und mit Zucker ausgestreuten Tortenblechen bei ganz gelinder Ofenwärme zu zwei runden Kuchen bäckt. Wenn dieselben erkaltet sind, stürzt man sie aus der Form, legt einen davon auf eine Schüssel, belegt ihn mit einer 2 Zentimeter hohen Schicht von festgeschlagenem, mit Vanillezucker gewürztem Rahmschaum und deckt den zweiten Kuchen darüber, den man gleichfalls mit einer Lage Rahmschaum überzieht und nach Belieben noch mit Obstgelee verziert. Anstatt des Rahmschaumes wendet man bisweilen auch eine Schokoladen- und Kaffeecreme, die mit Gelatine vermischt und gehörig starr geworden ist, zum Füllen des Vacherins an.

Orangensirup. Das fein abgeschälte oder abgeriebene Gelbe von etwa 6 Orangen, 20—25 Gr. kristallisierte Zitronensäure, in ein wenig warmem Wasser aufgelöst, 2 Kilo Zucker, 2 Liter gekochtes, nicht ganz erkaltetes Wasser werden in einen Steintopf gegeben, gut gedeckt bei Seite gestellt bis der Zucker aufgelöst ist, dann durch Filtrierpapier gegossen, in reine Flaschen gefüllt, gut verkorkt und aufrechtstehend kühl und trocken aufbewahrt. Er gibt mit Wasser vermischt ein erfrischendes, billiges Getränk.

Illustrierte Reformküche.

Gesundheitspflege.

Bergtouren im Winter. Dr. med. W. Hiller schreibt in seinem Büchlein „Hygienische Winke für Bergtouren": „Die nervenstärkende, erfrischende Kälte, welche auch zu einer gesunden Abhärtung wesentlich beiträgt, verbunden mit einer längeren Nachtruhe, gehören zu den hygienischen Vorzügen der Wintertouren. Dazu kommt noch, daß infolge der größeren Abstrahlung der Körper nicht so leicht in Schweiß gerät und dadurch indirekt vor Verkältungen geschützt wird. Ueberhaupt zeigt das Winterklima bei strengerer Untersuchung eine Reihe für die Gesundheit sehr wertvoller Besonderheiten und ein Grund für die Tatsache, daß Wintertouren bis vor kurzem noch so gut wie unbekannt waren, liegt sicher auch darin, daß man gerade diese Momente erst in letzter Zeit richtig zu würdigen begann. Ich will hier nur noch einen der wesentlichsten Punkte herausgreifen — die Sonnenstrahlung. Gewiß ist diese an und für sich im Sommer eine intensivere, aber man darf nicht vergessen, daß gerade die für den menschlichen Körper in gesundheitlicher Beziehung am meisten wirksamen Strahlen, die ultravioletten, bei Berührung der dunklen Erde großenteils in dunkle Wärmestrahlen verwandelt werden, während sie im Winter durch die Schneedecke reflektiert und somit erhalten bleiben. Dazu kommt noch, daß der Verlust, den die Sonnenstrahlen auf ihrem Weg bis zur Erde erleiden, infolge des im Winter geringeren Feuchtigkeits- und Staubgehalts der Luft ziemlich kleiner ist — abgesehen davon, daß man im Sommer womöglich der Sonnenbestrahlung absichtlich mehr aus dem Wege geht (frühes Aufstehen u. s. w.). Daraus erklärt sich denn auch zum Beispiel die intensive Bräunung der Haut u. s. w., insbesondere auch die schon längst bekannte Tatsache, daß man sich in der Sonne bei Wintertouren — trotz sehr niederer Lufttemperatur — sehr warm fühlt und zum Beispiel ruhig ohne Mantel im Freien sitzen kann.

Das mehr eintönige Landschaftsbild möchte ich nicht ohne weiteres unter die Nachteile des Winters rechnen, da ja auch die Winterlandschaft ihre eigentümlichen Reize besitzt und mit ihrer erhabenen Ruhe vollkommene ästhetische Befriedigung gewähren kann — besonders da das Winterbild der Mehrzahl der Touristen ein weit ungewohnteres, neueres ist, als die Sommerlandschaft.

Krankenpflege.

Von allgemeiner Wichtigkeit in der Krankenpflege ist die Feststellung der **Körperwärme**, ob dieselbe der Regel entspricht, normal ist oder niedriger oder höher als die Norm sich zeigt. Die normale Körperwärme des Menschen bewegt sich zwischen 36,5 bis 37,5° C. und ist gegen Morgen am niedrigsten, am Spätnachmittage am höchsten.

Sie sinkt unter 36,0° bei Schwächezuständen, bei schwachen, blutarmen Kranken, insbesondere nach Lösung schwerer Krankheiten, starken Blutverlusten und Verletzungen der Bauchorgane. Tritt diese Erniedrigung bei Kranken unter bedrohlichen Erscheinungen des Verfalles — Kollapses — auf, so ist sofort der Arzt zu benachrichtigen. Erhöhte Körperwärme zeigt sich bei allen fieberhaften Erkrankungen; sie kann bis 42° C. und etwas darüber steigen. Als geringes Fieber wird bezeichnet die Erhöhung bis 38,5° C.; als mäßig hohes bis 39,0°, hohes bis 40,0° und sehr hohes über 40,0° C.

Kinderpflege und -Erziehung.

Augenentzündungen bei Kindern, von denen namentlich der Schwellungskatarrh oder körnige Bindehautentzündung ansteckend ist, erheischen Vorsicht, weil sie langwierig zu sein pflegen und oft den Grund zu Kurzsichtigkeit und Schwäche des Sehvermögens legen. Hier sind ebenso wie bei vielen Hautkrankheiten, namentlich bei Krätze und nässenden Flechten, Krankheiten der Kopfhaut und anderen mehr innige Berührungen, gemeinschaftlicher Gebrauch von Taschen- und Handtüchern, Kämmen und Haarbürsten und so weiter durchaus zu verhindern.

Gartenbau und Blumenzucht.

Die **Zimmertanne** (Araucaria) darf im Winter nicht in zu warmen Raum aufgestellt werden, sie liebt einen kalten oder doch nur mäßig geheizten Ort, — 6 bis 12 Grad. In trockener, warmer Luft lassen Araukarien die Nadeln abfallen oder werden krank.

Fangen Zweige der Pflanze an, sich abwärts zu neigen, so ist dieses ein Zeichen, daß dieselbe zu wenig gegossen worden ist, oder auch umgekehrt, in den meisten Fällen zu viel gegossen wurde. In letzterem Falle zeigen schlechte Wurzeln, daß die Pflanze in sandige Erde versetzt werden muß. Entfernen der schlechten Wurzel mit scharfem Messer und darauf bis zur Bildung neuer gesunder Wurzeln ganz wenig und vorsichtig gießen, ist alsdann nötig. Trips und rote Spinnen, welche die Araukarien in trockener Zimmerluft gerne erhalten, müssen bei Zeiten bekämpft werden durch Eintauchen in Nicotinlösung oder durch Bespritzen der ganzen Pflanze von oben und unten damit.

Ein öfteres Ueberspritzen der Pflanze, sofern sie in wärmeren Räumen steht und im Sommer an einem halbschattigen Ort, Verpflanzen im Frühjahr, gehört zur richtigen gesunden Entwicklung der Araukarien. Dazu trägt auch im Sommer ein Aufstellen im Freien viel bei.

Vermehrt werden Araukarien durch Kopf (Gipfel) Stecklinge, die von Sämlingen oder anderen älteren Pflanzen abgeschnitten werden.

Die Stecklinge, die in ganz sandiger Erde kalt oder nur mäßig warm gehalten werden müssen, bedürfen gewöhnlich einige Monate bis zur Bewurzelung.

Aus Samen herangezogene Pflanzen haben nie den gleichmäßigen und kompakten Wuchs der Stecklinge. J. M.

Es ist auch möglich, **Blumenzwiebeln** in gedüngtem Moos oder Torfmull zu treiben, und man kann sich zu dieser Spielerei Gefäße mit mehreren Oeffnungen machen lassen, aus denen später die Blüten und Blätter hervorkommen; solche Gefäße können auch zum Aufhängen eingerichtet werden. Moos oder Torfmull nennen wir gedüngt, wenn diese Stoffe in Dungwasser getaucht oder damit begossen sind; es werden sich hierdurch jedenfalls bessere Resultate erzielen lassen, als bei der Treiberei auf Gläsern. Dem Geschmack und der Liebhaberei eines jeden bleibt es natürlich überlassen, sich hierfür geeignete Gefäße beim Töpfer aus gewöhnlichem Ton herstellen zu lassen.

Tierzucht.

Die Hühnerseuche oder Hühnerpest ist eine der gefährlichsten Krankheiten, weil sie in kürzester Zeit einen ganzen Federviehhof zu Grunde richtet. Sie rührt von Bazillen her. Die Tiere fangen an zu taumeln, verkriechen sich und liegen nach kurzer Zeit tot da. Mitunter tritt die Krankheit auch schleichend auf und wird als Hühnertyphus bezeichnet. Die Tiere sehen matt und traurig aus, sträuben das Gefieder, werden vom Durchfall geplagt und ein übelriechender Schleim fließt aus ihrem Schnabel. Durch Entfernung oder Tötung der kranken Tiere, durch gründliche Desinfektion und kräftiges Futter, sowie Eisenvitriol, in das Trinkwasser getan, sucht man der verheerenden Krankheit Einhalt zu tun, um die noch nicht ergriffenen zu erhalten.

Die Paarzeit der Gänse beginnt meist im Januar; die Zeit hängt von der Strenge des Winters, der Temperatur des Stalles und der Güte des Futters ab. Um kräftigen Nachwuchs zu erzielen, füttere man schon im Dezember Hafer. Durch schlechte Ernährung, Inzucht und zu junge Zuchtgänse geht die Herde zurück.

Frage-Ecke.

Antworten.

115. Die werte Antwortgeberin in Nr. 23 des Ratgeber, die empfahl das Kochgeschirr stets mit Wasser zu füllen, hätte im ersten Satze beifügen sollen: und gießen Sie die Milch hinein, bevor Sie die Pfanne aufs Feuer stellen.

Mein früheres Dienstmädchen belächelte beim, Eintritt diese meine Vorschrift, betreffend die Milch

schließlich spülte sie doch die Pfanne mit kaltem Wasser, stellte sie aufs Feuer und bis sie dann mit dem Milchtopf kam, war natürlich die Pfanne längst trocken und heiß; so hat das Spülen keinen Zweck.

Mir hat schon meine liebe Großmutter, die eine ganz einfache Bauernfrau und sonst die Güte selbst war, einmal so ausdrücklich eingeprägt, daß man die Milch in ein kaltes, nasses Kochgeschirr eingießen soll, daß ich es in meinem ganzen Leben nicht mehr vergaß. Sie hörte es nämlich zischen, als ich — ein junges Schulmädchen — die Milch in die trockene, heiße Pfanne auf dem Herde goß.

Sie wußte damals schon, daß die Milch sehr an Wohlgeschmack verliert, wenn sie im heißen, trockenen Geschirr schon beim Hineingießen anbrennt. Man scheint dies, besonders in der Stadt, gar nicht so zu beachten, wenigstens wurde mein Rat wegen des Spülens schon oft belächelt, allein ich tue es doch konsequent. Die Milch klebt trotzdem auch im Aluminium- oder Messinggeschirr auf Gasfeuer ein wenig an am Boden, aber sie brennt mir nie an. Treue Abonnentin.

124. Versuchen Sie es mit **Terpentin**, um die Farbflecken von den Fenstern zu entfernen. B.

125. Wenn die **Bluse** so verdorben ist, daß Sie solche nicht mehr tragen können, so machen Sie event. selbst noch einen Färbeversuch. Den Gegenstand aber abgeben und 2—3 Fr. oder mehr dafür zahlen, würde ich an Ihrer Stelle nicht. Ich ließ einmal eine seidene Bluse färben, trotz abraten und hatte den Schaden davon. Der Stoff riß an allen Ecken und Enden. Vielleicht können Sie auch, wenn die Bluse nicht mehr sonst verwendbar ist, einen hübschen Theaterridicüle, ein Sachet oder ähnliches daraus machen. Tantchen.

126. Baden Sie Ihre **Hände** recht oft in Kleieabsud. Jedenfalls sollten Sie jeden Abend vor dem Schlafengehen diese Prozedur vornehmen. Die Haut wird dadurch geschmeidiger, weniger zum aufspringen geneigt. Sie können auch Borax in das Waschwasser der Windeln nehmen. Das Wasser wird dadurch weicher. Hedwig.

Fragen.

1. Könnte mir eine Abonnentin ein Rezept mitteilen zur Bereitung einer **Haarpomade** aus Roßkammfett und Rindermark? Frau H.

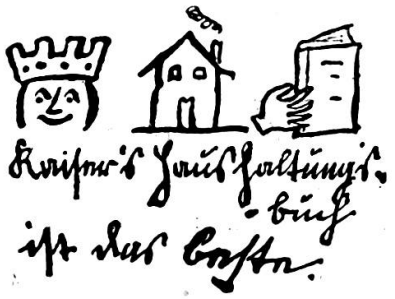
2. Wie lassen sich **Zeitschriften** selbst binden? Ich hörte einmal, daß eine ganz gute Einrichtung bestehe, die ermögliche, diese Arbeit selber vorzunehmen. Vielen Dank für guten Rat. Hausvater.

3. Wie putzt man **Nickelgeschirr**, Kaffeekannen und ähnliches am besten? Junge Hausfrau.

4. Die vielen Antworten, die die Fragestellerin 121 bekommen hat, ermutigen mich heute, auch eine ähnliche Frage zu stellen. Meinem 3½jährigen Patenkind (Knaben) passiert es im Gegensatz zu dem erwähnten Knaben, daß er tagsüber die Höschen naß macht, oft alle Viertelstunden. Können die dort angegebenen Mittel auch für diesen Fall gelten? Da es in der Nacht sozusagen nie vorkommt, muß ich annehmen, der Knabe sei zu wenig aufmerksam. Ich wäre herzlich dankbar für guten Rat. Patin N. II.

Die Vorteile des Sparkochers Jehle bestehen in großer Ersparnis an Brennmaterial und Zeit, da infolge seiner sinnreichen Konstruktion Suppe, Fleisch und Gemüse auf einer kleinsten Flamme gargekocht werden können. Da der Dampf nutzbar gemacht und eine Verflüchtigung der aromatischen Bestandteile ausgeschlossen ist, werden die Gerichte schmackhafter als auf offenem Feuer gekochte. Es werden ferner 12 Liter Wasser, das zum Aufwaschen benutzt werden kann, kostenlos erhitzt. Teller können in beliebiger Zahl vorgewärmt werden. Der Sparkocher Jehle ist auf Gas-, Petrol- oder anderen Herden zu gebrauchen. Die Ersparnisse, die damit gemacht werden, sind ganz bedeutend und der Kocher, der mit den Kochgeschirren von der Firma Meyer-Jehle, Turnerstraße 6, Vonwil-St. Gallen, geliefert wird, dürfte sich in kurzer Zeit bezahlt machen.

Beim Kaufe verlange man nur Grolichs Heublumenseife aus Brünn in Mähren. Ueberall käuflich.



Preis Fr. 1.30 – Überall erhältlich
oder direkt bei
KAISER & Co • BERN