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

Band: 16 (1909)

Heft: 12

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. 12. XVI. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | Zürich, 5. Juni 1909.

Sehnsucht, so lange sie Lieb' und Treu
Hege und präge sie stets aufs neu,
Aber bekämpfe sie jeder Frist,
Wenn sie nur Schwäche und Krankheit ist.

O. Sutermeister.

Der Stich zur rechten Zeit.

(Nachdruck verboten.)

Jede gute Hausfrau weiß, was es in den kleinen Dingen des Lebens schon bedeutet, den Anfängen zu wehren. Sie unterlegt die fadenscheinige Stelle eines Kleidungsstückes, ehe es einen Riß gibt, sorgsam näht sie die paar Stiche, die sich an einer Naht losgetrennt haben, ehe diese ganz aufgeht; sie bemerkt rechtzeitig das Unwohlsein eines Hausgenossen und weiß durch richtige Pflege den Ausbruch einer Krankheit zu verhüten u. s. w. Die Beispiele könnten endlos angeführt werden. So bewahrt sie ihr Haus vor Schaden, hält vermeidbare Übel fern; nichts fällt bei ihr vorzeitiger Zerstörung anheim, sondern alles erfreut sich längstmöglicher und bester Dauer.

Wenn dieses den kleinen Anfängen wehren so wichtig ist, wie viel wichtiger muß es sein in den großen. Es bezieht sich auf Gefühle sowohl, als auf Vorgänge äußerlicher Art. Welche Rolle spielt es nicht in der Freundschaft, in der Ehe, in der Kindererziehung, im Geschäftsbetrieb! Gedenken wir nur der Mißverständnisse, die trotz aller Sorgfalt zwischen Freunden entstehen können. Ein Etwas „so leicht wie Luft" legt sich zwischen sie, ein Verdacht, ein Zweifel, ein Mißvergnügen oder Mißverstehen. Dieses Etwas löst sich unmerkbar los aus dem soliden Gewebe der Anhänglichkeit; eine kleine Lücke entsteht und langsam fängt Faden um Faden an zu brechen. Das feine Endchen, das sich zuerst gelöst, ist so klein, daß wenige Stiche, zur rechten Zeit, es festgehalten und alle schmerzlichen Folgen vermieden hätten. Aber es wurde hinausgeschoben, vernachlässigt, diese Stiche zu machen. Stück um Stück geht nun das vorher so festgewobene Gewand der Freundschaft, das Vertrauen und die Liebe dem Zerfall entgegen. Eine offene Frage nach einer offenen Erklärung hätte das Mißverständnis aus dem Wege geräumt. Jenes Etwas „so leicht wie Luft" war ein Spinngewebe, eine Einbildung, ein Gedanke, ein Verdacht,

nicht kompakter als eine dunkle Wolke, die ein frischer Wind wegfegt. Wie wenig hätte es gebraucht, sie aus der Welt zu schaffen!

Genau so ists mit Streitigkeiten. Wie glättet sich unter einer sanften, gütigen Antwort die aufsteigende Woge des Zornes und wie selten wird eine Zornesflut auf diese Weise geglättet. Auf eine gereizte Frage folgt eine noch gereiztere Antwort und wie schnell ists dann vorbei mit Friede und Freundschaft! Wenn um zwei solche Menschen das Band der Ehe sich schlingt, pflegt man zu sagen, sie führen ein Leben wie Katze und Hund.

Mit üblen Gewohnheiten, Begehrlichkeit und Ansprüchen, die zum körperlichen und ökonomischen Ruin führen, ist es ebenso, man hätte den Anfängen wehren sollen. Scherben können wohl manchmal wieder zusammengeflickt werden, aber der Topf ist nicht mehr gebrauchsfähig wie zuvor; bei der geringsten Erschütterung fällt er von neuem dahin und wird immer brüchiger und empfindlicher. Eine geflickte Freundschaft hält so wenig, wie eine geflickte Liebe allen Wettern stand; das kann nur die, in welcher von Beginn allen Anfängen gewehrt, in welcher nie ein lockerer Stich zu einem klaffenden Riß vernachlässigt wurde.

Die menschliche Natur ist gleichzeitig modellierbar und starr. Sie fließt leicht in eine Schablone; wenn sie aber darin ist, erstarrt sie rasch. Ein Glas, das man zur „Erfrischung", zur „Stärkung" trinkt, aus dem mit der Zeit leicht zwei oder drei werden, ein immer häufigeres Bedürfnis nach Erfrischung und Stärkung kann der Anfang sein zu dem traurigen Niedergang eines Menschen, wenn er seine Begierden nicht im Zaune hält. Es wäre so leicht gewesen, dem Anfange zu wehren, als die schwache Lust noch keine überwältigende Begierde und der Wille noch nicht geschwächt war.

Das gleiche ists mit dem unglücklichen Spiel, ists mit Unduldsamkeit, mit übler Nachrede, mit Trägheit und Nachlässigkeit, mit losen Sitten und hundert anderem mehr.

Und wie wichtig ists auch für die Gesundheit, daß man den Anfängen wehrt. Eine vernachlässigte Erkältung kann einer tötlichen Lungenentzündung den Weg bahnen; eine lang fortgesetzte Überarbeitung, der keine Beachtung geschenkt wurde, bis sie sich qualvoll geltend machte, kann die Ursache jahrelangen Leidens sein.

So geht es immer weiter; die Beispiele sind so zahlreich, wie die menschlichen Geschicke und keiner ist, so er um sich schaut, der nicht Anfängen zu wehren hätte. S. W.

Die Wahl der Hühnerrasse.

(Nachdruck verboten.)

Will jemand mit der Hühnerzucht beginnen, so handelt es sich für ihn zuerst um die Wahl der Rasse. Es gibt wohl überhaupt keine Frage, die in Züchterkreisen häufiger besprochen, sowie den Redaktionen der Fachzeitungen öfter vorgelegt wird, wie die nach der besten Hühnerrasse. Es existieren ja bekanntlich, wie jedes Buch über Geflügelzucht zeigt, sehr viele in Figur, Größe, Farbe, Zeichnung, Form und dergleichen von einander ganz verschiedene Rassen und der Anfänger, der eine Geflügel-Ausstellung besucht, sieht hier so große Mannigfaltigkeit, daß er wirklich immer mehr in Verlegenheit gerät. Fragt er nach dem Nutzen der betreffenden Tiere, so rühmt jeder Züchter die seinigen, so daß sich der Anfänger kein Urteil bilden kann.

Bei der Wahl der Hühnerrasse spricht neben den Nutzeigenschaften die Mode und der persönliche Geschmack sehr mit. Eine „beste" Hühnerrasse gibt es, dies betone ich ganz ausdrücklich, überhaupt nicht. Bei fast allen Rassen lassen sich die Nutzeigenschaften entwickeln und hierin liegt der Grund, warum die Ansichten der Züchter so verschieden sind. Es kommt auf die Rasse viel weniger an, als auf ihre Zucht, Haltung, Pflege und Fütterung.

Die Geflügel-Ausstellungen des Auslandes zeigen noch größere Mannigfaltigkeit der Hühnerrassen, als die unsrigen. Der Grund dafür liegt in der realen Veranlagung unseres Volkes, welches Hühnerzucht nicht wie vielerorts, besonders in England, aber auch in den andern Nachbarstaaten, nur aus Freude an schönen Tieren betreibt und nach ihrem Nutzen nicht fragt. Bei uns sind derartige Züchter ganz selten; trotz aller Freude an den Tieren will man Eier, junge Hühner, Poulets und Suppenhennen für den eigenen Haushalt, ganz abgesehen davon, daß die Hühnerzucht noch einen Nebenverdienst bieten soll. Schöne Tiere zu haben, die auch Vorzügliches leisten, läßt sich durch die moderne Art der Hühnerzucht, reine Rassen als Nutztiere zu verwenden, sehr gut erreichen. Dies ist das Prinzip, mit dem bei uns heute die Geflügelzucht von den Vereinen betrieben wird. Daß hierin Aussicht auf höheren Verdienst durch die Hühner liegt, ist leicht begreiflich.

Allerdings sind die erstmaligen Anschaffungskosten eines Rasse-Stammes höher, als wenn nur gewöhnliche Landhühner oder aus Kreuzungen hervorgegangene gekauft werden, aber da die ersteren die gleiche Fütterung, Pflege, Stallung usw. bedürfen, wie jene, so werden sie bald durch Verkauf von Bruteiern und von feinsten Rassetieren zu besseren Preisen weit rentabler als jene.

Betrachten wir, dies vorausgeschickt, unsere Ausstellungen, so sehen wir bald, daß der größte Teil der Züchter sich auf ganz bestimmte Rassen geeinigt hat. Immer noch sind am meisten vertreten die Leghorns in ihren verschiedenen Farbenschlägen und von diesen werden wieder die rebhuhnfarbigen am meisten gezüchtet.

Die Leghorns werden auch Italiener genannt, denn sie sind aus diesen hervorgegangen. Leghorn heißt nämlich Livorno; von dort aus wurden vor ca. 70 Jahren Italienerhühner nach England exportiert und hier zu der Rasse gemacht, wie wir sie jetzt besitzen. Die Leghorns gleichen in ihrer äußeren Erscheinung den italienischen Importhühnern, nur sind sie kräftiger und größer als jene. Sie sind gute Futtersucher und legen fleißig große, weißschalige Eier. Ihnen sehr nahestehend sind die Minorkas, von denen die schwarzen am häufigsten gehalten werden. Die Minorkas sind etwas massiger und tiefergestellt als die Leghorns, gleichen ihnen aber sonst in ihren Nutzeigenschaften. Der einzige Unterschied, der zwischen beiden Rassen besteht, ist, daß die Leghorns unbedingt freien Auslauf verlangen und bei Volierenzucht im Legen sehr nachlassen, während sich die Minorkas auch so gut halten lassen. Beiden Rassen gemeinsam sind auch die Nachteile; sie bestehen darin, daß ihr Fleisch nicht fein ist, daß sie nur geringe Mastfähigkeit besitzen, daß ihr Temperament sehr lebhaft ist und ihre leichte Befiederung, sowie ihre langen Kämme sie als Winterleger ungeeignet machen.

Die Erkenntnis dieser Tatsachen führte die Amerikaner zur Züchtung der Plymouth-Rocks und Wyandottes: vorher schon zu den Brahms und neuerdings zu den Rhode-Islands. Die Engländer schufen die Orpingtons und Frankreich gab die Faverolles. Die Plymouth-Rocks, besonders die gesperberten, gewannen große Verbreitung, besitzen auch jetzt noch zahlreiche Liebhaber, doch wurden sie und alle übrigen Hühnerrassen stark zurückgedrängt durch die Wyandottes, welche längere Zeit von den Nutzzüchtern in aller Welt am meisten gehalten wurden und von denen die meisten auch bei uns große Verbreitung gefunden haben.

Die weißen Wyandottes sind auffallend schöne Hühner, größer und schwerer als die vorher erwähnten Leghorns und Minorkas, jedoch nicht so schwer wie Brahmas, Kochins und Mechelner, welch letztere Rasse für Zucht feinen Schlachtgeflügels Anhänger gefunden hat. Sie haben ein ruhiges Temperament, so daß sie sich in Volieren von $1^1/_2$ Meter Höhe gut halten lassen; freien Auslauf nutzen sie sehr aus, sie legen fleißig und auch als Frühbruten gezüchtet im Winter, denn ihre kleinen Kämme, sowie ihr dichtes Gefieder machen sie geeignet,

die Kälte bei uns gut zu ertragen. Sie mästen sich auch leicht, haben feines Fleisch, aber hier liegt eben der Grund, den die Engländer herausgefunden haben, um die Orpingtons gegen die Wyandottes ausspielen zu können. Wie alle amerikanischen Hühnerrassen haben die Wyandottes gelbe Beine und gelbliche Haut, wodurch auch ihr Fleisch einen gelblichen Anflug erhält. Von feinsten Tafelhühnern verlangt man aber ganz weißes Fleisch und gerade darauf wurde bei Schaffung der Orpingtons Rücksicht genommen. Sonst sind sie den Wyandottes in allem ähnlich; allerdings einwenig niedriger gestellt wie jene und im Körper auch etwas massiger, aber durch die Weiterzucht ist es heute schon dahin gekommen, daß man ein wirklicher Kenner sein muß, um auf den ersten Blick und ohne näher zu prüfen die verschiedenen Typen unterscheiden zu können.

Wyandottes gibt es in unzähligen Farbenschlägen und am meisten verbreitet sind, wie schon erwähnt, die weißen. Bei den Orpingtons haben die weißen ebenfalls die meisten Liebhaber, doch gibt es auch bei ihnen zahlreiche Farben-Varietäten, die sich noch ständig vermehren. Weiß ist überhaupt Mode und so erscheint sogar neben den roten Rhode-Islands neuerdings auch eine weiße Varietät dieser Rasse.

Die Faverolles, die wir ja schon seit ca. 15 Jahren besitzen und die alle guten Eigenschaften in sich vereinigten, die den Orpingtons, also den besten Nutzhühnern der Welt nachgerühmt werden, wurden zuerst in größeren Mengen importiert, konnten aber, da ihre Rassenmerkmale nicht genügend fixiert waren, keinen festen Boden gewinnen. Jetzt, nachdem sie in England und Deutschland zahlreiche Anhänger gefunden haben und die dortige Liebhaberzucht sie empfiehlt, verbreiten sie sich auch bei uns wieder mehr. Sie sind es auch wirklich wert, denn wenn man Hühnerzucht in moderner Weise betreiben will, so sind sie dazu gerade so gut geeignet wie Wyandottes und Orpingtons und gute Zuchttiere, sowie Bluterneuerung lassen sich fast leichter beschaffen als dort, denn die Westschweiz züchtet sie in größerem Umfange.

Die angeführten Rassen werden bei uns am meisten gehalten und jede derselben eignet sich für Beginn einer Zucht. Es tun dies, wie schon gesagt, auch noch fast alle andern Rassen, denn die Nutzleistungen lassen sich entwickeln. Wer aber eine der angeführten wählt, hat nur nötig, auf der schon vorhandenen Grundlage weiter zu bauen, während er sonst dieselbe erst schaffen muß. Es geht hieraus hervor, daß es eine beste Hühnerrasse nicht gibt, sondern daß sich fast jede — ausgenommen nur Zwerg- und Zierhühner — durch Züchterfleiß und Energie dazu machen läßt. — Wie dies zu geschehen hat, werde ich in einer der nächsten Nummern ausführen. B.

Haushalt.

Eine neue Erfindung, die namentlich in den heißen Sommertagen geschätzt werden wird, bringt Herr Konditor Zimmermann, Volkmarstraße 8, Zürich IV, zur Kenntnis. Es ist ihm gelungen, in einer bequem zu tragenden Blechkassette **Glace in Gläsern** ins Haus zu liefern. Diese Glace bleibt 6 Stunden vollständig fest und kann in beliebigen Mischungen bestellt werden; bei Familienfesten, Gartenfesten 2c. gewiß eine herrliche Neuerung, von der im Hinblick auf die Einfachheit und Reinlichkeit des Services wohl häufig Gebrauch gemacht wird. Es gibt Gläser mit ganzen und halben Portionen. Jeder Gast erhält sein Glas, das geleert wieder in den Blechkasten zurückwandert und vom Lieferanten wieder abgeholt wird.

Schildpatt-Sachen. Um getragenen Haar- oder gebrauchten Frisierkämmen, sowie allen übrigen aus Schildpatt gefertigten Gegenständen neuen Glanz zu verleihen, nimmt man ein Wattebäuschchen, taucht dies in Vaseline und reibt den betreffenden Gegenstand tüchtig damit ab.

Plüschmöbel. Guter Wollplüsch, der Flecken von Wassertropfen bekommen hat, darf ruhig mit einem Schwamme und reinem Wasser abgerieben werden, wodurch die Flecken verschwinden. Auch schmutzige Stellen darf man mit milder Seife und Wasser abwaschen. Nimmt man Salmiak und Wasser zu gleichen Teilen und reibt hiermit recht rasch den Plüsch ab, so sieht er, wenn er nicht ganz verschossen ist, wieder wie neu aus.

Rizinusöl. Feine Ledersachen, sowie Schuhe, die vom Stehen hart geworden sind, reibt man mit Rizinusöl, das man auf ein wollenes Läppchen schüttet, ein. Das Oel macht das Leder weich.

Küche.

Kochrezepte.

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

Petersilien-Suppe. Bereitungszeit 30 Min. — Für 5 Personen. Zutaten: 50 Gr. frische Butter, 2 Eßlöffel voll fein gewiegte Petersilie, 3 Eßlöffel Mehl, Salz, 2 Eidotter, 5 Eßlöffel Rahm, 5 Gr. Liebig's Fleisch-Extrakt. Röste das Mehl in der Butter hell, füge Salz, Petersilie, genügend Wasser und den Fleisch-Extrakt dazu. Dann lasse glatt kochen und rühre mit Ei und Rahm ab. Dazu kann nach Belieben geröstete Semmel gegeben werden.

Gebeizte Tauben. Man legt die Tauben 3—5 Tage in Essig mit Zwiebel, Lorbeer, Nelken, Estragon, Tymian, spickt sie dann ganz fein mit Speck und bratet sie in wenig süßer Butter braun. Man gießt nach und nach sauren Rahm hinzu und schmort sie langsam, bis sie eine braune Kruste haben. Unterdessen röstet man in Butter 1—2 Löffel Mehl, löscht mit einem Teil der Beize ab, gibt Muskatnuß und Salz bei und legt die Tauben noch 15—20 Minuten in die Brühe und zieht die Sauce beim Anrichten noch mit 1—2 Löffel saurem Rahm ab.

Gitzibraten. Rücken und Stotzen werden mit Salz und Pfeffer eingerieben und die beiden Stotzen hinten kreuzweise übereinander gebunden, wobei die Knochen derselben mit einem Klopfer eingeschlagen werden, dann mit dem Bratengemüse in heißes Fett gelegt, schön goldgelb gebraten, nach und nach etwas Fleischbrühe zugegossen und unter fleißigem Begießen weich gebraten. Zubereitungszeit: 1 Stunde. Gr. Sch. Kochbuch.

Kartoffelknödel mit Hirn. In 40 Gr. Butter dämpft man eine feingewiegte Zwiebel, fügt ein gehäutetes und gewiegtes Kalbs- oder junges Rindshirn bei und rührt einige Male um. Man verarbeitet dies mit 750 Gr. gekochten und geriebenen Kartoffeln, 1 Tasse Milch, Salz und Muskatnuß und 3 Eiern gut, gibt 3 Kochlöffel Mehl darunter, und läßt die Masse 2—3 Std. stehen, formt dann Klöße davon und kocht sie in siedendem Salzwasser bis sie obenauf steigen. Sie werden mit einer Butterschweize übergossen.

Kopfsalat. Die möglichst frisch aus dem Garten kommenden Salatköpfe werden von den äußern Blättern befreit, die größern innern Blätter und dicken Blattrippen durch einen Schnitt von unten her geteilt. Die zarten Blattrippen dürfen nicht weggeworfen werden, da sie am meisten von dem Salat eigenen Mineralsalzen enthalten. Die Blätter werden ein paarmal durch reichlich frisches Wasser durchgewaschen, ohne sie jedoch im Wasser liegen zu lassen und ohne sie zu drücken, damit der Salat ansehnlich bleibt. In einem Salatkorb aus Drahtgeflecht oder in einer reinen Serviette schwenkt man den Salat trocken. Dann wird folgende Salatsauce in einem großen Gefäß bereit gemacht: Auf jede Person 1/2 Eßlöffel Oel. Auf 3 Löffel Oel sind 2 Löffel Essig oder 1 Löffel Zitronensaft zu nehmen, nach Belieben 1 Teelöffel Senf, 1 Prise Pfeffer und Schnittlauch, auch eine Prise Zucker; Salz unter allen Umständen, jedoch mäßig. Diese Sauce wird gut gemischt und dann der Salat recht gründlich, jedoch ohne ihn zu zerdrücken, darunter gemengt. Man kann in Viertel geschnittene hartgekochte Eier darauf geben.

Aus „Gritli in der Küche".

Gefüllte Kohlraben. Die Kohlraben werden geschält, oben ein Deckelchen weggeschnitten und ausgehöhlt. Dann kocht man sie in Salzwasser weich, füllt sie mit einer Fülle von übrig gebliebenem Fleisch, Ei, Zwiebeln und eingeweichtem Brötchen, deckt mit dem Deckelchen, stellt sie in eine flache Kasserolle, gießt eine gute Buttersauce dazu und läßt sie zugedeckt noch 1/4 Stunde dämpfen. Zubereitungszeit: 1 1/2 Stunden.

Gr. Sch. Kochbuch.

Erdbeertörtchen. Beliebig süßer Mürbeteig wird ausgewallt, runde Stücke von entsprechender Größe ausgestochen, die angefetteten Förmchen oder ein angefetteter Holzzapfen oder eine angefettete Kartoffel darein gesetzt, in mittelwarmem Ofen gebacken. Die gebackenen Teighüllen werden mit Zucker oder mit Zucker und Rahmschnee vermengten Erdbeeren gefüllt, Meringuemasse (3 Eiweiß, 150 Gr. Zucker) darauf dressiert und in schwach erwärmtem Ofen gelb gebacken.

Ill. Ref.-Küche.

Eisschokolade. Fertige Schokolade wird warm durch ein feines Sieb gegossen, etwas Vanillezucker zugegeben, einige Stunden auf Eis gestellt, in Gläser angerichtet und mit Schlagrahm bedeckt.

Pariser Auflauf. Man verrührt 120 Gr. Mehl mit 4—5 Eigelb und 1/2 Liter Milch, schwingt diese Masse auf dem Feuer mit dem Schneebesen, bis sie dick geworden ist, mischt nun etwas Vanillezucker und 40 Gr. gewöhnlichen Zucker darunter und füllt damit zur Hälfte eine mit Butter bestrichene Auflaufform. Sind die Eiweiß zu steifem Schnee geschlagen, gibt man ca. 20 Gr. Zucker darunter und richtet sie kranzförmig über die Creme an. Die Oeffnung in der Mitte wird mit 3—4 Löffeln Erdbeer- oder Himbeerkonfitüre ausgefüllt. Ueber den Eiweißkranz streut man geschälte, länglich geschnittene Mandeln. Die Speise wird gebacken, bis sie eine schöne, hellbraune Farbe hat (10—15 Minuten). Diät. Speisezettel.

Rhabarber-Marmelade. Man zerschneide 1 Kilo der Stiele in Würfel, füge 1 Kilo Zucker hinzu und lasse sie unter gelindem Erwärmen über dem Feuer stehen, bis sich ausreichend Saft bildet, wonach man die Masse auf lebhaftem Feuer unter beständigem Rühren 20 Minuten lang kocht und in Gläser füllt. „Das Einmachen der Früchte".

Gesundheitspflege.

Der Wert des Gehsports. Ein verhältnismäßig junger Sport, der des Gehens, ist in erfreulicher Zunahme begriffen. Der Fußgänger richtet, ohne sich besonders anstrengen zu müssen, sein Tempo ganz nach seinen Kräften ein und genießt den Vorteil, nach Belieben ausruhen zu dürfen, ohne sich irgendwelche Unbequemlichkeiten zu bereiten. Die verminderte Geschwindigkeit der Fortbewegung wird durch die vermehrte Freiheit der Bewegung aufgewogen, und der fröhliche Wanderer kann allerorten seines Weges wandeln, er ist nicht an eine staubige Landstraße gebunden. Mit Vorliebe wird er den Wald zum Spazierengehen wählen und auch den Marsch durch saftige Wiesen und wogende Felder bis hinauf zu steiler Bergeszinne nicht verschmähen. Mit Wonne saugt er die im dumpfen Zimmer nicht anzutreffende, frische Luft in seine Lungen, seine Muskeln erstarken und sein Stoffwechsel wird in wohltätigster Weise angeregt. Dabei liegt Mäßigkeit im Essen und Trinken in der Natur des Gehsports. Man nimmt die wechselnden Eindrücke, welche die überall schöne Natur in so reicher Fülle bietet, mit vollem Behagen und ungetrübtem Genießen in sich auf. Der Gehsport weckt und mehrt das Vertrauen auf die eigene Kraft, er beruhigt und veredelt gerade durch seine Einfachheit, durch seine reinen Freuden jegliches Gemüt. Dem Marsche, der in seinem Pensum das bequem Erreichbare erstrebt, folgt eine angenehme Ermüdung und ein wohltuender, meist traumloser Schlaf, aus dem man gestärkt für das folgende Tagewerk erwacht. Es ist nicht jedermann beschieden, große Reisen machen zu können und die Schönheiten des eigenen Vaterlandes und fremder Länder kennen zu lernen. Darum soll man den meist flüchtigen Naturgenuß in der Ferne durch ein gründliches Studium der engeren Heimat zu ersetzen trachten. Der fleißige Fußgänger wird ohne Zweifel gegen Erkältungskrankheiten immer widerstandsfähiger werden, der Hang zur Mäßigkeit wird seinen günstigen Einfluß auf die gesamte Lebensführung geltend machen, und so darf man sich von der Ausbreitung des Gehsports auf immer weitere Bevölkerungsklassen und alle Altersstufen den besten Erfolg für die Volksgesundheit versprechen. E. R.

Eine der wichtigsten Aufgaben zur **Schonung der Augen** liegt in der richtigen Aufstellung der Lichtquelle mit Bezug auf das Auge und die Arbeit. Es genügt nicht, die Arbeit so zu beleuchten, daß sie gut zu übersehen ist und keine störenden Reflexe wirft, man hat vielmehr sein Hauptaugenmerk darauf zu richten, daß kein Licht aus der Lichtquelle direkt in das Auge gelangt. Je mehr Licht nämlich das Augeninnere erleuchtet, desto undeutlicher wird die sinnliche Wahrnehmung. Das Auge muß sich zu sehr anstrengen, wenn es direktes Licht empfängt, und befindet sich in der günstigsten Verfassung, wenn die Lichtquelle dem Auge unsichtbar ist. Das ist sie aber nur dann, wenn man sie so tief anbringt, daß sie bei der erforderlichen Körperhaltung nicht gesehen werden kann. Vollkommen wird die Schonung des Auges aber erst durch Gebrauch eines dunkelgrünen oder undurchsichtigen Lichtschirmes. Von der Wohltat einer solchen Einrichtung kann man sich ja sehr leicht überzeugen. Wichtig für die Erhaltung ungeschwächter Sehkraft ist auch die Beobachtung kurzer Sehpausen, die man durch einfaches Schließen der Augen herbeiführt. Von Geburt an stets benutzt und von der Schule an übermäßig gebraucht, wird das Auge bei genügender Schonung und oft zu wiederholenden, kühlen Waschungen sich länger auf der Höhe voller Leistungsfähigkeit erhalten, als bei schrankenloser Inanspruchnahme und Hintansetzung leicht anzuwendender Schutzmaßregeln.

Krankenpflege.

Rizinusöl, ein bekanntes Abführmittel, schmeckt sehr schlecht; es läßt sich aber auf folgende Weise gut einnehmen: Man schüttet etwas schwarzen Kaffee in ein Glas, gibt das Oel darauf und trinkt dies zusammen. Dann hat man nur den Nachgeschmack des Kaffees.

Um im Sommer die **Luft im Krankenzimmer** zu verbessern, zieht man in der Nähe des Bettes eine Schnur und hängt ein nasses aber gut ausgerungenes Leintuch darauf. Das Tuch pflegt überraschend schnell zu trocknen, es ist dann selbstverständlich von neuem anzufeuchten.

Als Zusätze zu Bädern verwendet man: 1. Salz, 1—10 Kilo auf ein Vollbad. 2. Sole, 5—15 Liter. Seife, 4—8 Löffel geschabte Hausseife oder eine Hand voll Schmierseife. 4. Soda, 1/4—1 Kilo. 5. Kleie, zwei Kilo Weizenkleie werden in einem Beutel mit ca. 6 Liter Wasser eine halbe Stunde gekocht und die Abkochung und der geschlossene Beutel dem Bade zugesetzt. 6. Aromatische Stoffe, Kamillen, Pfeffermünz u. dergl., werden wie Kleie verwendet. 7. Senfmehl, namentlich zu Fußbädern (250 Gr.). 8. Fichtennadelextrakt, 250—500 Gr. 9. Schwefelleber (50 bis 100 Gr. für ein Bad) zu sogen. Schwefelbädern, greift Metall an, darf daher nicht in metallenen Badewannen verabreicht werden.

„Grundriß der Krankenpflege".

Kinderpflege und -Erziehung.

Werden beim **Stillen** die Warzen gerötet, rissig und schmerzhaft, so laß zweiprozentiges Karbolwasser aus der Apotheke holen und lege damit befeuchtete feine Leinwandläppchen auf, die du mit klebendem Guttapercha-Papier bedeckst, so daß die Leinwand nicht trocknet und die Warzen vor jeder Reibung durch die Kleider geschützt sind.

Die Warzen müssen dann natürlich vor dem Stillen besonders sorgfältig abgewaschen werden. Genügt dies nicht zur Heilung, so mußt du ein Warzenhütchen mit Glasfuß aufsetzen, dessen Kautschukaufsatz mit mehrern ganz großen Löchern versehen wird, so daß das Kind nicht die Milch außer aus der Brust auch noch aus dem Hütchen ziehen muß. Die Anstrengung des Saugens wird ohnehin durch das Hütchen stark vermehrt, und oft muß die Milch durch eine dritte Person erst angezogen werden, bevor das Kind trinken kann. Das Hütchen ist also bloß ein Notbehelf. Wollen die Warzen nicht rasch heilen, so laß sie unbedingt durch den Arzt besichtigen. Merke dir doch ja, daß du die Warzen peinlich rein halten mußt; denn die meisten Entzündungen der Brust kommen nicht etwa von Erkältung, sondern von Verunreinigung wunder Stellen an den Warzen her.
Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr" von Frau Dr. Marie Heim. (Preis 15. Cts.)

Der Erzieher darf beim Kinde den angeborenen **Trieb nach Muskelübung** durch Laufen, Umherspringen, Klettern und Spielen nicht einschränken oder gar behindern; er muß denselben vielmehr tüchtig anregen und allseitig fördern.

Verfehlt würde es sein, das Kind schon in der Periode des Kindesalters durch allerhand mechanische Arbeiten zum Stillesitzen zu zwingen und ihm dadurch die Bewegungslust und die Spielfreude zu verkümmern. Auch in der dann folgenden Lernperiode darf durch die Kopfarbeit nicht die ganze Freizeit ausgefüllt werden. Das Schulturnen genügt hier nicht als alleinige Muskelübung; es muß vielmehr auch jetzt noch Zeit und Gelegenheit gegeben werden zu gehöriger Körperbewegung in Spielen, Gartenarbeiten, Spazierengehen u. dergl. Beschäftigungen. Dabei ist das rechte Maß der Anstrengung und die erfrischende Abwechselung wohl zu beachten, sowie die körperliche Gewandtheit und Anmut zu pflegen.

Gartenbau und Blumenzucht.

Zur Pflege der Balkonpflanzen. Die zum Wachstum notwendigen Nährstoffe sind aus dem kleinen Quantum Erde, welches wir in den Töpfen oder Kästen den Balkon-Pflanzen geben können, bald verbraucht. Wir müssen deshalb darnach trachten, dieselben wieder zu ersetzen, da sonst an Stelle des üppigen Gedeihens und Blühens ein kümmerliches Vegetieren tritt. In den sogenannten Pflanzennährsalzen haben wir äußerst bequeme und reinliche Düngmittel, welche die wichtigsten Nährstoffe: Stickstoff, Phosphorsäure und Kali in leicht löslicher und für die Pflanzen gut aufnehmbarer Form enthalten. Das bekannteste und in allen Samenhandlungen vorrätige Nährsalz ist Hörning's Nährsalz „Fleurin". Die einfachste Anwendung desselben besteht darin, daß man sich eine konzentrierte Lösung herstellt und von dieser dem täglichen Gießwasser eine Kleinigkeit zusetzt. Uebrigens wird jedem Büchschen Nährsalz eine Gebrauchsanweisung beigegeben, auf welcher genau steht, wie viel und wie oft den Pflanzen davon gegeben werden darf. H.

Ein arger Feind der jungen Kohlpflanzen sind die **Erdflöhe.** Der Körper der kleinen Käfer ist metallisch glänzend. Sie bevorzugen ganz besonders die Cruciferen, Kohl und Rüben. Sie greifen die Keimpflanzen an und fressen die Herzblätter aus. Namentlich die trockenen Pflänzchen besuchen sie mit Vorliebe. Darum ist ein häufiges Begießen der jungen Saaten sehr zu empfehlen. Die Vertilgung dieses kleinen Pflanzenfeindes ist außerordentlich schwer. Die meisten der angeratenen Vertilgungsmittel taugen in Wirklichkeit nicht viel. Ein Bespritzen mit Wermut oder Tabaksud hilft nur für ganz kurze Zeit. Das Bestreuen der Blätter mit Kalk oder Straßenstaub halten wir geradezu für schädlich. Das relativ beste Mittel ist ein Bespritzen mit einer Mischung von Schmierseife, Petrol und Wasser. Es wird auch geraten, zwischen die Kohlpflanzen schnellkeimende Gartenkresse zu säen. Man traut dann den Erdflöhen so viel Billigkeit zu, daß sie sich nun mit der Kresse begnügen werden. In der Regel fressen sie aber allerdings zuerst die Kresse und dann den Kohl. Auch die vielfach empfohlene Untersaat von Hanfsamen hat sich nicht bewährt. Der starke Geruch der Hanfpflanze soll den Erdflöhen zuwider sein und sie sollen das Feld meiden. Abgesehen davon, daß dieses Bekämpfungsverfahren etwas kostspielig ist, ist der Effekt ein sehr problematischer. Das beste Mittel ist frühe Saat im Kasten und Auspflanzen, wenn die Blätter kräftig sind, denen die Kauwerkzeuge der Erdflöhe nicht mehr gewachsen sind. „Der rat. Gemüsebau".

Tierzucht.

Die Behandlung des Distelfinks im Käfig. Der Distelfink wird seines bunten Gefiebers und seiner Eigenschaft als fleißiger Sänger wegen besonders geschätzt. Das Bauer muß recht geräumig sein, damit das Gefieder nicht Schaden leidet. Da der Distelfink nicht nur im Käfig umherhüpft wie der Kanarienvogel, sondern es auch liebt, am Käfiggitter zu klettern und an der Decke des Käfigs sich nach Art der Meisen anzuhängen, so wähle man einen solchen mit einem Dach von Gitterwerk. Die Sprungstangen stelle man aus frischen Zweigen von verschiedener Dicke her (1 bis 1½ Centimeter im Durchmesser). Außerdem bringt man in einer Ecke des Käfigs ein Bündel dünner Zweige von Birken, Pappeln, Weiden, Obstbäumen, Nadelhölzern an. An solchen Zweigen macht sich der Vogel gern zu schaffen, benagt die saftige, frische Rinde und, wenn die Zweige gar junge Blattknospen haben, so bereitet man dem Vogel eine besondere Freude, denn Blattknospen bilden für ihn einen Leckerbissen. Den Käfig bringe man an einen zugfreien hellen Ort, der

auch zeitweilig von der Sonne beschienen wird. Licht ist nicht nur eine Bedingung für das Wohlbefinden des Vogels, sondern auch für die Erhaltung der schönen Gefiederfärbung. Dazu gehört auch ein Badegefäß mit frischem, nicht zu kaltem Wasser, das ihm täglich gereicht werden muß. An Sämereien gibt man dem Distelfinken eingedrückten Hanf, Mohn, Rübsen, Distel-, Kletten-, Salatsamen, den er besonders gern nimmt, wenn er mit den trockenen Stauden gereicht wird. Im Frühjahr und Sommer macht man eine Zugabe von allerlei lebenden Insekten, Mehlwürmern, frischen Ameisenpuppen, hart gekochtem Hühnerei. Frische Blättchen von Vogelmiere oder Salat sollte der gesunde Distelfink stets erhalten, und, wenn er reichlich Hanf zu sich nimmt, müssen auch Stückchen süßen Obstes (Apfel, Birne) gegeben werden, um der schädlichen Wirkung allzu reichlichen Hanfgenusses vorzubeugen.

Frage-Ecke.

Antworten.

36. Die Gebrauchsanweisungen für alle mir bekannten **Sauerstoffwaschmittel** lauten dahin, die schmutzige Wäsche einfach in der durch das Lösen des Präparates erhaltenen Lauge zu kochen.

Daß bei diesem Kochen der schmutzigen Wäsche in der sehr bald selbst schmutzig werdenden Lauge die Flecken nicht aus der Wäsche entfernt, sondern eher noch eingebrannt werden, ist wohl ziemlich klar. Allerdings wird die Wäsche, besonders das erste Mal, samt den auf ihn haftenden Unreinigkeiten gebleicht, das zweite und dritte Mal versagt das Waschverfahren aus naheliegenden Gründen natürlich vollständig.

Der Zweck des Waschens liegt doch im Entfernen der Unreinigkeiten und nicht im Bleichen derselben. Ohne Arbeit, d. h. Einseifen und tüchtiges Auswaschen gings in alter und wirds auch in neuer Zeit niemals gehen. S.

49. Wenn die Firma Garantie übernommen hat, daß der **Backofen** auch zur tadellosen Herstellung von Backwerk sich eignet, so täten Sie gut, ihr von Ihren Mißerfolgen Kenntnis zu geben und ihre Räte zu erbitten. Es ist aber nicht ausgeschlossen, daß Sie selber irgend einen Fehler begehen, beim Backen z. B. den Herd zu wenig oder zu stark heizen, die Ofentüre zu oft öffnen, den Teig nach dem Vermischen mit dem Backpulver zu lange herumstehen lassen u. s. w. Ich hoffe, eine hauswirtschaftlich mehr erfahrene Frau als ich könne Ihnen das Rätsel lösen!

Emmy.

50. Es ist leicht möglich, daß man die **Wäsche** in der Maschine zu wenig lang bearbeitet oder sie nachher nicht gründlich genug auskocht und spült. Gelb wird die Wäsche nur in solchen Fällen. Die Löcher rühren jedenfalls von der Behandlung mit Chlor oder einem anderen Bleichmittel her (Eau de Javelle 2c.). Könnten Sie nicht die Wäsche einmal beaufsichtigen? Frau E.

51. Farbige **Wolldecken** lassen sich ebenso gut waschen wie weiße. Warum sie aber geschwefelt werden sollen, sehe ich nicht recht ein. Anny.

52. Mattgewordene **Spiegel** putzt man mit Magnesia und Spiritus. Die Flecken können sehr wohl von der Feuchtigkeit der Wohnung herrühren. Sorgen Sie dafür, daß nicht auch die Gesundheit Schaden nimmt! Frau B.

53. Versuchen Sie es einmal, die Flecken in **Marmor** mit frischgelöschtem Kalk zu behandeln, den man mit Wasser zu einer breiartigen Masse anrührt und diese 2—3 Tage auf den Flecken liegen läßt. Man sollte Marmorplatten immer nur mit Wasser abwaschen und dafür sorgen, daß keine Flüssigkeit darauf eintrocknen kann.

Erna.

54. **Satinkleider** kann man mit Kleie waschen. Man kocht solche 1/4 Stunde, seiht sie durch ein grobes Tuch und benutzt die Flüssigkeit lauwarm zum waschen. Man nimmt natürlich keine Seife dazu, wäscht gründlich und spült öfters in reinem Wasser nach. Will man dem Satin eine gewisse Steifigkeit geben, so benutzt man für ein Kleid 60—75 Gr. Gelatine. Man kann die Kleider naß oder getrocknet stärken. In ersterem Falle darf die Flüssigkeit 3 Liter nicht übersteigen.

Hausfrau.

55. Auch ich hörte einmal ähnliches von den **Weinbeeren**; ich las z. B., daß sie mit den bloßen, jedenfalls nicht sehr saubern Füßen der Weinbergarbeiter eingestampft werden! Auf jeden Fall tun Sie gut daran, die Beeren immer in warmem Wasser zu reinigen, ehe Sie sie verwenden. Von den Rosinen läuft ja tatsächlich immer ein sehr wenig appetitliches Wässerchen ab, wenn man sie vor Gebrauch erliest und wäscht. E.

56. Reinigen Sie die **Cristofle-Bestecke** mit englischer „Monkey-Silver-Soap" nach Gebrauchsanweisung. „Sommerau".

57. Frau Siegrist-Matter, Seon, kann Ihnen zum Bezug von **Bettfedern und Flaum** empfohlen werden. —e.—

Fragen.

58. Würde mir jemand verschiedene Rezepte zur Zubereitung von guter **Haus-Limonade** mitteilen? Abonnentin.

59. Seit einiger Zeit bemerken wir in unserer Wohnung einzelne **Wanzen**; wir wissen gar nicht, woher diese Tierchen kommen. Wer weiß ein Radikalmitel dagegen? Eine Abonnentin.

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.