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

Band: 16 (1909)

Heft: 18

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

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. 18. XVI. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 4. September 1909.

Aus tiefstem Gemüt, aus der Mutter Schoß
Will manches dem Tage entgegen.
Doch soll das Kleine je werden groß,
So muß es sich rühren und regen! Göthe.

Frisches Gemüse.

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Ein großer hygienischer Fehler in der Ernährungsweise wird noch vielfach begangen in der zu einseitigen Wahl der Nährstoffe. Die Kost leidet meist an einer appetittötenden Eintönigkeit und Reizlosigkeit, die sich entschieden zum Vorteil der Bekömmlichkeit ändern und bessern ließe. Erbsen, Bohnen, Linsen, Konserven, Kartoffeln und Brot herrschen zu sehr vor. Die geringe Abwechslung beeinträchtigt die Säftemischung, schädigt Magen, Darm und schließlich den ganzen Körperhaushalt. In höchst vorteilhafter Weise wird diesem Übelstande abgeholfen durch frische Gemüse. Deshalb muß man besonders in der Jahreszeit, wo die Gemüse frisch, zart und im Freiland gewachsen sind, dieses wertvolle Gesundungsmittel sich in ausgiebigem Maße zu nutze machen. Frühbeetgemüse haben viel weniger hygienischen Wert.

Die Gemüse und Salate sind von der Natur auch mit Nährwerten ausgestattet, da sie Eiweißstoffe, Kohlehydrate und Nährsalze enthalten. Ihr Hauptbestandteil bildet allerdings Flüssigkeit. Dadurch setzen sie naturgemäß das sonstige Trinkbedürfnis des Menschen herab, was aber kein Schaden genannt werden kann. Auch ist es entschieden zuträglicher und gesunder, das Flüssigkeitsbedürfnis des Körpers mit natürlichen aromatischen, nährsalzhaltigen Gemüsesäften zu befriedigen, als mit künstlichen Gärungsprodukten.

Auch unverdauliche Zellulose enthalten die Gemüse mehr oder weniger. Aber diese bildet keineswegs unnützen Ballast, sondern regt mechanisch die Verdauungsorgane an. Zudem sind die Prozentberechnungen der Zellulose, die man öfter liest, sehr unzuverlässig, denn junge, frische Gemüse haben entschieden einen viel geringeren Zellulosengehalt als der in den Tabellen (für ausgewachsene, gelagerte) angegebene. Überhaupt beweisen die Berechnungen, welche den angeblich geringen

Nährwert der Gemüse dartun sollen, sehr wenig. Wenn es z. B. heißt, für einen kräftigen Mann braucht man 16 Kilo Salat oder 9 1/3 Kilo Spinat täglich zur ausschließlichen Ernährung, so sagt das eben nur, daß ein einziges Nahrungsmittel zur alleinigen Ernährung nicht ausreicht, weil keines alle die verschiedenartigen Stoffe, welche zum Aufbau der Organzellen nötig sind, in richtiger Mischung enthält. Es lebt auch niemand ausschließlich nur von „nahrhaften" Speisen, wie z. B. von Eiern.

Von unschätzbarem Wert für die Gesundheit ist der hohe Gehalt der Gemüse an Nährsalzen, welche ein Hauptersatzmittel für unsere Blutsalze bilden. Setzt man die Menge an organischen Salzen beim Weißbrot gleich 1, so enthält die gleiche Menge Weißkohl 15 Mal soviel und die gleiche Menge Spinat sogar 28 Mal so viel Nährsalze. Letzterer bildet zugleich das eisenhaltigste Gemüse und ist deshalb besonders der heranwachsenden Jugend und allen schwächlichen, blutarmen und bleichsüchtigen Personen zu empfehlen.

Die Wollwäsche im Haushalt.

(Nachdruck verboten.)

Die Wollwäsche ist außer der Wäsche von seidenen Gegenständen die schwierigste und verlangt sehr sorgfältige Behandlung, wenn sie nicht fest und filzig werden soll. Strümpfe, Flanellsachen und Decken weicht man nicht ein, sie werden unmittelbar vor dem Waschen in das Wasser gebracht. Ganz unzweckmäßig ist das Einseifen der Wollwäsche. Am besten wäscht man mit einer guten Seifenlauge. Ein Stück Seife wird fein geschnitzelt und in heißem Wasser bis zur völligen Auflösung gerührt. In eine solche lauwarme Lösung bringt man die Sachen und wäscht sie gut durch. Von da kommen sie in eine zweite reine Seifenlauge und werden nochmals gewaschen. Zum Schlusse spült man sie in lauwarmem Wasser aus (niemals in kaltem). Sehr empfindliche Stoffe, wollene Blusen und Kleider, helle feine Normalwäsche oder Wäsche von Wollkrêpe oder Seide wäscht man auf folgende Weise: Man schneidet 250 Gr. venetianische Ölseife in kleine Stücke und kocht sie mit 125 Gr. gereinigter Pottasche in 2 1/2 Liter Wasser etwa 30—40 Minuten, d. h. so lange, bis die Seife vollständig gelöst ist. Man läßt die Flüssigkeit erkalten und gießt nach einer Weile die klare Lauge ab; den am Boden ruhenden Satz verwendet man nicht. Das zu waschende Stück wird erst in lauwarmem Wasser einmal durchgewaschen, dann in der Seifenlauge völlig reingewaschen und in lauem Wasser gut ausgespült. Sind es bunte Farben, hochrot, blau, rosa, grün u. s. w., so kann man dem letzten Auswaschwasser einen kleinen Zusatz von Essig geben. Die Gegenstände werden gleich aufgehängt, im Schatten an der Luft getrocknet und noch feucht auf der linken Seite geglättet. Hauptsache ist bei jeder Wollwäsche, weder kaltes noch heißes Wasser zu verwenden und nicht stückweise einzuseifen, sondern eine Seifenlauge zuzubereiten.

Dunkle Wollsachen wäscht man besser in einer Abkochung von Quillajarinde, aber auch erst, nachdem die Brühe stark abgekühlt ist. Kleine Stücke, Kinderkleidchen und dergleichen werden in einer Abkochung von weißen Bohnen gereinigt. Man kocht letztere weich, gießt die Brühe durch ein Haarsieb, verdünnt sie nach Bedarf und verwendet sie ebenfalls lauwarm. Dann spült man mit lauem Wasser nach und glättet, wenn der Stoff noch etwas feucht ist.

Schmutzige Teppiche, Portieren, schwere Stickereien auf Polstern und dergleichen bürstet man mit einer Bürste ab, die man häufig in Salmiakwasser taucht oder in eine kräftige Abkochung von Panamaspänen. In einer Schüssel mit reinem Wasser wäscht man die Bürste jeweils aus, ehe man sie wieder in die Brühe taucht. Alle diese Gegenstände dürfen nur im Schatten getrocknet werden, man wendet dabei, wenn angängig, die linke Seite nach außen.

Wollsachen, die nicht mit Fett, Schweiß oder ähnlichen Stoffen in Berührung

kamen, sondern mehr staubig als schmutzig sind, wäscht man in lauwarmem Boraxwasser. (Etwa ein Gramm Borax auf ein Liter Wasser, ohne Seife.) Das Ausspülen muß auch da in lauwarmem Wasser geschehen.

Nach dem Trocknen sind die gewaschenen Stücke zurechtzuziehen; das Anklammern am Seil verzieht sie leicht. Besser ist es, wenn man an windstillen Tagen ohne Klammern oder auf dem Estrich trocknen kann.

Das Eisen zum Glätten muß die richtige Wärme haben; zu heiß darf es nicht sein. Es braucht dazu immerhin einige Übung. Nach dem Glätten sind die Stoffe oft noch feucht, deshalb hängt man sie am besten glatt auf oder legt sie sorgfältig hin. Geschieht dies nicht, so wird jede Falte beim Liegen auch nach dem völligen Trocknen sichtbar sein.

Bunte Seide wird nicht aufgehängt, sondern in Tücher eingeschlagen, so daß sich die Teile nicht berühren. Sie wird bald geglättet. —a—

Was muss ich tun, um gesunde Kinder zu erziehen, was ist im ersten Lebensjahre notwendig?

Von Dr. August Dobisch in Auscha.

1. Gib dem Neugeborenen keinen Zummel, Nuttel oder Schnuller in den Mund oder wie sonst noch die kleinen Beutel heißen mögen, sonst bekommt das Kind Schwämmchen oder wird magenkrank, bekommt Durchfall u. s. w. Viele Mütter haben ihre Kinder mit einem solchen Dinge umgebracht.

2. Stille das Kind selbst, außer es wird dir vom Arzt verboten, den du in zweifelhaften Fällen rechtzeitig holen mußt, das heißt, wenn 12 Stunden nach der Geburt noch keine Milch in der Brust ist oder das Kind nicht trinken will.

3. Eine leichte Gelbsucht tritt bei vielen Neugeborenen auf, die sich nach einer Woche ohne Schaden zu verlieren pflegt.

4. Bei der geringsten Eiterung der Augen frage den Arzt, laß dich von niemandem davon abhalten, sonst könntest du es bereuen!

5. Bade das Kind täglich, aber nicht zu heiß, besonders bevor der Nabel abfällt, sonst bekommt es die Mundsperre, die fast immer mit Tod endigt.

6. Sorge, daß die Hebamme den Nabel täglich behutsam und sauber verbindet.

7. Laß dein Kind von niemandem küssen, besonders nicht auf Mund oder Augen, weil gefährliche Krankheiten sehr leicht übertragbar sind. (Bräune, Tuberkulose, Syphilis und andere mehr.) Ebenso nimm keinen Löffel erst in den Mund, bevor du mit demselben Löffel dem Kinde etwas gibst..

8. Das Kind soll etwa alle drei Stunden zu trinken bekommen an der Brust, nicht öfter! Wenn das Kind schreit, so schreit es nicht immer aus Hunger, sondern es ist manchmal überfüttert oder hat kalte Füße oder liegt naß, hat einen Floh oder wird von einer Falte gedrückt u. s. w., suche demnach immer erst eine von diesen Ursachen, beruhige nicht gleich durch Nahrung das Kind, sonst verdaut es die Nahrung nicht und bekommt erst recht Leibschneiden.

9. Kannst du nicht stillen, so nähre das Kind mit Kuhmilch, laß dir aber vom Arzt vorschreiben, wie sie gebraucht werden soll, nimm kein Kindermehl, Hafermehl oder etwas ähnliches, wenn es dir nicht vom Arzte verordnet wurde, denn der kindliche Magen verdaut diese Dinge erst in späteren Lebensmonaten, etwa vom siebenten Monate an; jede Nahrung aber muß flüssige Nahrung sein, gib keine Semmel, Biskuit, Eier, bevor das Kind etwa ein Jahr alt ist. Alle Nahrung darf nur lauwarm in der Saugflasche gegeben werden, nicht mit Gummischlauch, der viele Nachteile hat, sondern mit kurzem Gummihut, in den mehrere kleine Löcher gebrannt werden müssen mit einer glühenden Nähnadel; etwa 6—8 Löcher genügen. Halte die Flasche eine Weile an dein Auge zur Prüfung, ob die Milch nicht zu warm ist.

10. Wickle das Kind nicht zu fest ein, es will atmen und wachsen, laß es in heißer Jahreszeit nur mit dem Leintuch zugedeckt, öfters offen liegen.

11. Lege das Kind nicht zu dir ins Bett, sehr viele Kinder sind schon auf diese Art erstickt.

12. Das Kind muß an die frische Luft, im Sommer nach 8—10 Tagen, im Winter nach 12—14 Tagen, anfangs auf je eine halbe Stunde, später auf länger.

13. Zum Sitzen und Laufen halte das Kind nicht an, überlaß dies der Natur.

14. Hat das Kind am Ende des 7. Lebensmonats noch keinen Zahn, so frage den Arzt; meist ist englische Krankheit daran schuld, die behandelt werden muß, sonst wird das Kind leicht ein Krüppel mit Hühnerbrust und Säbelbeinen oder bekommt gefährliche Krämpfe.

15. Ist das Kind soweit, daß es auf dem Boden kriecht, so sorge dafür, daß keine Holzsplitter, Nadeln oder Kehricht auf der Erde liegen.

16. Dulde nicht Hund oder Katze im Zimmer, Kinder bekommen von ihnen leicht Wurmeier oder Würmer.

„Gesundheitslehrer".

Aromatische Küchenkräuter.

Wenn die Hausfrau im Herbst ihre Speisekammer mit Vorräten füllt, darf sie nicht vergessen, auch würzige Kräuter für den Winter einzuheimsen. Es ist entschieden mehr zu empfehlen, sie frisch zu kaufen (resp. zu sammeln) und selber zu trocknen, als sie in getrocknetem Zustand zu beziehen. Sie sind grün billiger als trocken, man kann sich vergewissern, ob die Stauden gesund und appetitlich sind und man ist im Stande, sie sauber und staubfrei aufzubewahren. Ehe man die Kräuter trocknet, präpariert man sie gebrauchsfertig, indem man schlechte Blätter, holzige Teile &c. entfernt und die Kräuter sauber wäscht. Danach bindet man sie in ganz kleine Bündel (große trocknen viel langsamer durch und bleiben oft im Innern trotz aller Vorsicht feucht, nehmen einen dumpfigen Geschmack an und verschimmeln wohl gar) und hängt sie an die Luft an einem vor Nässe und Staub geschützten Ort zum trocknen auf. In verschlossenen Büchsen halten sie sich gut.

In Pulverform zur Verwendung kommende Kräuter, wie Majoran, Pfefferkraut, Thymian usw. bewahrt man auch gleich gebrauchsfertig, d. h. pulverförmig zerkleinert (am besten in Fleischextraktbüchsen mit Korkverschluß) auf. Nach dem Trocknen reibt man die Blätter von den Stengeln, siebt den Staub durch und entfernt die Stielreste. In ganzen Zweigen verwahrt man Beifuß, von dem man alle grünen Blätter abgezupft hat, Salbei, Sellerieblätter &c. Von Dill pflücke man die zarten, grünen Blättchen ab und trockne sie gesondert von den Fruchtdolden, da sie eine angenehme Würze für Spinat, Fische usw. ergeben. Alle anderen grünen Kräuter, die im Winter frisch erhältlich sind, sollte man aber auch möglichst grün verwenden, da sie ein viel stärkeres Aroma haben und ungleich appetitlicher aussehen, als die getrockneten. Das ist vor allem bei der Petersilie der Fall. Estragon sollte man in der Form von Essig als Küchenwürze vorrätig halten. Man wäscht ihn frisch, zerkleinert ihn mit dem Wiegemesser, füllt ihn in Flaschen und übergießt ihn mit scharfem Weinessig. Nachdem man die Flaschen gut verkorkt hat, läßt man sie an der Sonne oder am warmen Ofen mehrere Wochen destillieren, filtriert danach den Essig und füllt ihn wieder in die Flaschen. Nach Belieben kann man auch noch etwas anderes Gewürz, wie Nelken, Muskatblüte, einige Schalotten, ganz wenig Knoblauch dem Essig beifügen.

Einen anderen empfehlenswerten würzhaften Essig stellt man auf dieselbe Weise aus allerhand Kräutern, wie: Estragon, Basilikum, Thymian, Portulak, Löffelkraut, Bibernell, Kerbel &c. her, indem man ihnen noch einige Pilze, Zwiebeln, Schalotten, ein Stückchen Knoblauch, Ge-

würzkörner, Nelken, Pfeffer und Lorbeerblätter zusetzt, das Ganze mit dem Essig übergießt und destillieren läßt. Dieser Essig eignet sich vorzüglich zum würzen von Salaten und Mayonnaisen. H.

Haushalt.

Auf dem Gebiete der **Wäschereinigung** hat sich durch die ungeahnt rasche Einführung der Waschmaschinen eine förmliche Umwälzung vollzogen. Das Waschen geht mit deren Hülfe viel schneller und besser von statten. Aber trotz aller Vorteile des Maschinenwaschens macht sich je länger je mehr der Uebelstand fühlbar, daß der Antrieb der Waschmaschinen durch Frauenhand zu anstrengend ist. Man wünscht allgemein für diesen Antrieb motorische Kraft zu verwenden. Da heutzutage fast überall Wasserversorgungen mit mehr oder weniger hohem Druck vorhanden sind, so kann dem genannten Uebelstande leicht abgeholfen werden durch Anwendung von Wassermotoren; da das vom Motor verbrauchte Wasser wieder zum Waschen und Spülen verwendet werden kann, so ist das auch weitaus der vorteilhafteste Betrieb.

Ein Waschmaschinen-Motor soll möglichst einfach und leicht sein, möglichst wenig Raum beanspruchen und ohne irgend welche Fachkenntnis in der Handhabung sicher und ungestört funktionieren, solid und dauerhaft sein, keine Reparaturen erfordern und möglichst wenig Wasser verbrauchen. Allen diesen Anforderungen entspricht in vollkommenster Weise der **Wassermotor „Neptun"** der Firma E. Häny & Cie., Meilen.

Der Motor „Neptun" wird auch zum gleichzeitigen Antrieb der Wringmaschine gebaut, so daß also auch das Auswinden der Wäsche, zu dem bis jetzt zwei Personen nötig waren, nunmehr von einer Person ausgeführt werden kann.

Durch diese Einrichtungen wird das bisher anstrengende Waschen sozusagen ein Vergnügen, dasselbe kann nun von jeder Hausfrau ohne Anstrengung allein ausgeführt werden.

Küche.

Kochrezepte.

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

Champignonsuppe. Man schwitzt 2 Eßlöffel voll Mehl in reichlich Fett hellbraun und läßt zwei Liter Fleischbrühe eine Stunde langsam damit verkochen, worauf man ½ Liter geputzte und geschnittene Champignons mit etwas Butter, Zitronensaft und Bouillon weichdünstet. Samt Saft werden sie in die Suppe gegeben, die man mit 2 Eidottern legiert und über gerösteten Semmelwürfeln anrichtet.

Fischkroketten. 2 Eßlöffel voll Mehl quirlt man mit einer Obertasse voll kaltem Wasser möglichst glatt, fügt 6—8 Eidotter, 90 Gr. frische Butter, 2 Eßlöffel Essig, eine Prise weißen Pfeffer, einige Löffel Fleischbrühe hinzu und verrührt dies über gelindem Feuer zu einer dicken Sauce, streicht sie durch ein Haarsieb, vermischt sie mit 1—1½ Kilo von Haut und Gräten befreitem, kleingeschnittenem Fisch von beliebiger Art und stellt sie auf einer flachen Schüssel auf Eis. Nach dem Starrwerden schneidet man Streifen daraus, die mit Semmel zu Würstchen gerollt, in Ei getaucht, paniert und ausgebacken werden.

Gebackene Gurken. Die Gurken werden geschält, in ziemlich dicke Scheiben oder lange Streifen geschnitten, mit ein wenig Pfeffer bestreut, in Mehl gewendet und in sehr heißer Butter hellbräunlich gebacken. Dann werden sie auf einem Papier entfettet, mit Salz bestreut und zu dem Ragout, mit dem sie serviert werden sollen, auf die Schüssel gelegt.

Äpfelschmarrn. ½ Liter Milch oder Rahm wird mit 4 Eidottern, etwas Salz und reichlich ¼ Liter Mehl gut zerquirlt, dazu mischt man 4 bis 6 würflig geschnittene Aepfel und 100 Gr. Zucker. Man gießt die Masse etwa drei Finger hoch in ein Kasserol oder eine Pfanne mit 60 Gr. kochender Butter, deckt dieselbe zu und stellt sie ¼ Stunde in die obere Röhre, worauf man den Deckel abnimmt, den Schmarrn auf beiden Seiten schön braun bäckt und dann mit der Gabel in große Brocken zerreißt.

Gâteau fourré. Aus gut bereitetem Blätterteig rollt man zwei messerrückenstarke länglich-viereckige Platten aus, deren eine man auf ein mit Wasser befeuchtetes Backblech legt und mit Apfel- oder Aprikosenmarmelade, am besten aber mit einer gemischten Obstmarmelade, bestreicht, wobei man ringsherum einen fingerbreiten Rand frei läßt, den man mit Wasser oder Eidotter befeuchtet. Dann deckt man die andere Teigplatte darüber, drückt die Ränder des Teiges fest aufeinander, überpinselt den Kuchen mit Ei, bäckt ihn in mäßiger Hitze, glasiert ihn und schneidet ihn später in zwei Finger breite Streifen.

Reismehlflammeri. Zeit 20 Minuten. 125 Gramm Reismehl, 1 Liter Milch, 60 Gr. feingewiegte abgebrühte Mandeln, geriebene Zitronenrinde, 100 Gr. Zucker, 1 Ei. — Das mit wenig Milch angerührte Mehl wird in die übrige kochende Milch gegeben und fortwährend gerührt bis das Ganze wieder kocht und zur sämigen Masse geworden ist. Mandeln, Zitronenrinde und den Zucker beifügen, das Eigelb und das zu Schnee geschlagene Eiweiß kommt zuletzt dazu. Die Masse wird in eine mit Wasser ausgefüllte Form gefüllt und kalt gestellt. Man stürzt den Flammeri vor dem Servieren und gibt eine Fruchtsauce dazu.

Aus „Gritli in der Küche".

Crême tutti frutti. Eine tiefe Schüssel wird mit Biscuits belegt, auf die man ein mit Wein, Zucker und Zitronenschale gekochtes Kompott von ausgesteinten Sauerkirschen, Pflaumen, Borsdorferäpfeln und dergleichen schüttet. Während dasselbe auskühlt, rührt man eine Crême ab aus 1/2 Rahm oder Milch, etwas kleingeschnittener Vanille, 80 Gr. Stärkemehl, 80 Gr. Zucker und 6 Eidottern, schlägt dieselbe bis zum Erkalten, richtet sie über das Obst an, bedeckt sie mit dem Schnee der 6 Eiweiße, streut Zucker darüber und glasiert sie mit einer glühenden Schaufel.

Eingemachte Früchte.

Zwetschgenkonfitüre. Zwetschgen werden ausgesteint und der Länge nach in Riemchen geschnitten. Sie werden dann mit 1/2—3/4 des Gewichtes Zucker und eventuell einem zusagenden Gewürz unter Rühren und Abschäumen eingekocht.

Auch Reineclauden liefern, auf ähnliche Weise hergestellt, eine sehr wohlschmeckende und schön gefärbte Marmelade. Hagebuttenmarmelade wird sehr schön.

Tomatenkonfitüre. Hiezu müssen unreife, noch grüne Früchte genommen werden. Man schneidet 500 Gr. Tomaten in Schnitzchen, setzt 300 Gr. Zucker zu mit etwas Zimtrinde und ein paar Gewürznelken und kocht zu Konfitüre. Man kann mit etwas Weißwein oder Essig würzen.

Aus „Die Herstellung der Konserven".

Apfelgelee mit Wein. Man nehme 18 Aepfel, schneide sie mit Kernhaus und Schale in Scheiben, bringe sie mit so viel Wasser, daß sie bedeckt sind, aufs Feuer und koche sie weich. Dann füge man 1/16 Liter weißen Wein und den Saft von 1/2 Zitrone hinzu, presse alles leicht durch ein Sieb, lasse es über Nacht stehen, gebe nun zu 6/8 Liter Saft 3/8 Kilo Zucker nnd koche das Ganze zu Gelee.

Kürbismarmelade. Man koche den Kürbis weich, treibe ihn durch ein Sieb und koche die Masse (auf 2 1/4 Kilo Kürbis 1 1/2 Kilo gesiebten Zucker, gestoßenen Ingwer und den Saft einer Zitrone) unter beständigem Rühren mit dem Holzlöffel zu steifem Brei.

Knoblauchgurken. Mittelgroße grüne Gurken schält man, zerschneidet sie der Länge nach in vier Teile, nimmt die Kerne heraus und läßt sie mit Salz bestreut zwei Tage stehen. Dann trocknet man sie ab und legt sie mit dazwischen gestreuten Lagen von Pfefferkörnern, geschälten Schalotten, geschabtem Meerrettig, Pfefferkraut, Lorbeerblättern, Fenchel, Kümmel, spanischem Pfeffer und etwas Knoblauch in einen Steintopf. Man bedeckt sie mit den Kräutern, übergießt sie mit siedendem Weinessig, kocht denselben dreimal nach je zwei Tagen auf und schüttet ihn aufs neue heiß darüber. Schließlich überbindet man den Topf mit Blase und bewahrt ihn an einem kühlen Orte auf.

Gesundheitspflege.

Mittel zur Handpflege. 1. Man weicht 250 Gr. guten Reis 10 Tage in weichem Wasser, das öfter erneuert werden muß. Dann gießt man das Wasser ab und vermischt den Reis mit 8 Gr. feinem Zucker, 1/2 Gr. Rosenwasser, 1/2 Gramm Kampher und den Saft einer Zitrone. Diesen Brei läßt man auf weißem Löschpapier in einzelnen kleinen Häufchen trocknen. Beim Gebrauch löst man 1—2 dieser Häufchen in weichem Wasser auf und wäscht vor dem Schlafengehen die Hände damit.

2. Man vermischt 1 Löffel Honig mit 1 Liter Wasser und wäscht sich öfter damit.

3. Für rauhe Hände ist folgendes Mittel: Auf eine Untertasse gibt man einen Löffel voll Leinöl und menge so lange feingesiebte Steinkohlenasche hinein, bis ein steifer Teig entstanden ist. Mit dieser Masse reibe man die Hände an den rauhen Stellen und wasche mit Bürste und Seife nach. Alle 14 Tage zu wiederholen.

4. Man wasche die Hände in einer Abkochung von Weizenkleie. Dr. M. v. Th.

Krankenpflege.

Vergiftung. Es gibt scharfe Gifte wie Arsenik, Phosphor, Sublimat, Laugen, Säuren, die heftige Schmerzen und Erbrechen machen, und betäubende Gifte wie Opium, Morphium, Alkohol, Tollkirsche, die Bewußtlosigkeit, Irreden verursachen.

Bei den scharfen Giften suche man durch Trinkenlassen von viel lauem Wasser, Milch, Eiweißwasser, Schleim, das Gift zu verdünnen und durch Brechen, das man durch Kitzeln des Halses hervorzurufen sucht, aus dem Magen zu schaffen. Der Arzt wird die Magensonde einführen und den Magen auswaschen.

Bei den betäubenden Giften sucht man den Patienten wach zu halten, gibt schwarzen Kaffee, reizt die Haut durch Senfteige, macht künstliche Atmung.

Blutbrechen. Erbrochenes Blut ist nicht mit Luft vermischt, dunkel, meist schwarz wie Kaffeesatz. Zu empfehlen ist: Ruhige, wagrechte Lage, ruhiges Atmen, Schlucken von kleinen Eisstückchen. Eisblase oder kalte Umschläge auf die Magengegend.

Kinderpflege und -Erziehung.

Bei allen **nervösen und nervös belasteten Kindern** wird durch vorzeitigen Unterricht und Vorwegnahme von Gegenständen des Schulunterrichts, zum Beispiel Lesen, Schreiben, Rechnen, im vorschulpflichtigen Alter, unendlich viel Schaden angerichtet. Der Nutzen solchen Vorunterrichtes

ist auch im besten Falle gleich Null. Der methodische Schulunterricht fördert das schulreife Kind gleich rasch, ob es schon einige von den Kenntnissen erworben hat oder nicht; die unreifen können aber durch zu frühe Anstrengungen ermattet werden und dann erst recht zurück bleiben.

Also keine Vorübungen für die Schule, aber Gewöhnung an solche Eigenschaften, die ihnen in der Schule notwendig oder doch nützlich sein werden. Solche Gewohnheiten sind:

1. Rechtzeitiges Aufstehen;
2. Regelmäßige Einnahme der Mahlzeiten;
3. Gewöhnung an Aufmerksamkeit und Gehorsam, an Zuhören, wenn zu ihnen gesprochen wird; an deutliches Antworten auf Fragen und überhaupt an deutliches Sprechen, wodurch auch am leichtesten Fehler in den Hör- und Sprachwerkzeugen bemerkt werden, die in der Schule besondere Maßregeln nötig machen können;
4. endlich strenge Gewöhnung an Wahrhaftigkeit und Folgsamkeit.

Findet sich aber, daß ein Kind mit der Erreichung des gesetzmäßigen Alters noch nicht für die Schule reif ist, so warte man die Zeit ab, versäume aber nicht, was zu seiner Kräftigung und Förderung, sowie zur Heilung etwa vorhandener Schäden und Fehler geschehen kann.

Dr. Dornblüth.

Gartenbau und Blumenzucht.

Auch bei einem mäßig behangenen Baum ist das **Stützen** nützlich, weil dadurch das schädliche Nachuntenhängen der fruchttragenden Zweige gemildert wird. Es werden Stangen mit gabelartigem Ende unter die Zweige gestellt oder es wird auch eine starke Stange sicher in der Mitte der Krone befestigt, damit die Zweige daran aufgebunden werden können.

Bei Zwerg- und Spalierbäumen können die einzelnen Früchte Stützen erhalten durch Unterschieben von Brettchen, die in irgend einer Weise sicher befestigt werden. Damit die Früchte weich liegen, wird etwas Moos oder dergleichen untergeschoben. Früchte, die in dieser Weise gestützt werden, entwickeln sich zu wahren Mustertexemplaren. Das kommt daher, weil ihnen die Nahrung viel reichlicher zufließt als den Früchten, welche frei hängen und den Zweig, der sie trägt, mit nach unten ziehen. Bekanntlich wachsen die nach unten gebogenen Zweige schwach; sie erhalten wenig Saft. Die Nahrung strömt viel leichter gerade aus, als in herabhängende Zweige.

Schnittblumen verpackt man für eine längere Reise nicht feucht, weil die Blumen leicht faulen. Man stellt sie aber einige Zeit tief in Wasser, selbst wenn sie ganz frisch geschnitten sind.

Bei Kränzen und Körben 2c. muß zwischen die einzelnen Blüten weiches Seidenpapier gelegt und darauf leicht gespritzt werden, damit sie nicht geschüttelt werden können und auch die Feuchtigkeit erhalten bleibt. Hohlräume müssen mit weichem Papier oder Holzwolle gefüllt werden. Bei Kälte ist starkes Packpapier und Watte nötig, bei Hitze gute luftdichte Abschließung.

Beim Auspacken löse man die Schnüre, womit z. B. Kränze festgebunden sind, entferne das Papier zwischen den Blumen sorgfältig, spritze die Schnittblumen frisch an und stelle sie ins Wasser.

Tierzucht.

Der September ist für die **Hühner** ein sehr beachtenswerter Monat. In ihm beginnt allgemein die Mauser. Dieselbe ist zwar keine Krankheit, sondern nur die alljährlich regelmäßig sich wiederholende Erneuerung des Gefiebers. Sie macht aber die Hühner, wie dies leicht begreiflich ist, leicht krank, denn sie sind, weil nicht genügend befiedert, gegen Witterungseinflüsse besonders empfindlich. Der aufmerksame Züchter sorgt daher, daß seine Hühner sich nicht erkälten und daß die Mauser rasch und gut vorübergeht. Tatsächlich nimmt die Mauser alljährlich fast mehr Hühner hinweg als die gefährlichsten Geflügelseuchen. Dies läßt sich begreifen, denn der Landwirt schenkt den Hühnern nur wenig Beachtung und steht noch häufig auf dem Standpunkt, daß sie jetzt, wo sie nicht legen, nur wenig Futter nötig haben. Gerade das Gegenteil ist aber richtig; alle Säfte werden für Ersatz der Federn verbraucht und daher muß die Ernährung eine recht gehaltreiche sein. Die Futtermittel müssen viel Phosphorsäure und Stickstoff enthalten und es soll auch stets Kalk, Mörtel und viel Grünes gegeben werden. Dann wachsen die neuen Federn schnell und die Eierproduktion beginnt bald wieder. An Regentagen behalte man die mausernden Hühner im Stalle und lasse sie auch bei feuchtem, nebligem Wetter nicht zu früh heraus. Man verweichliche aber auch das Geflügel nicht, sondern sorge nur, daß es sich nicht erkältet. Alle Tiere, die geschlachtet werden sollen, sind am richtigsten jetzt vor Beginn der Mauser wegzuschaffen, denn ist diese erst eingetreten, so vergehen einige Monate, bis ihr Zustand wieder ein derartiger ist, daß man sie in der Küche verwerten kann. Die in den Ställen und Ausläufen herumliegenden Federn sind täglich zu beseitigen, damit nicht etwa durch sie die Hühner zum Federfressen veranlaßt werden. Man achte überhaupt in dieser Zeit ganz besonders auf die Tiere und sobald man bemerkt, daß sie auf ein Huhn immer einhacken, so entferne man dasselbe. Die Hühner finden nämlich leicht Geschmack an den noch jungen Federn und saftigen Stoppeln und haben sie erst angefangen, so hören sie so leicht nicht wieder auf. Es ist dies sehr unangenehm, denn es gibt eigentlich nur ein Radikalmittel dagegen und das ist das Schlachten. Die üble Gewohnheit wirkt ansteckend und ein Hühnervolk, welches, ohne daß es der Besitzer merkt, Federn frißt, ist nichts mehr wert. Es ist

auch darauf zu achten, daß die jungen Hennen aus den Frühbruten, die jetzt zu legen beginnen, sich daran gewöhnen, dies Geschäft im Stall abzumachen. Sie vertragen von Anfang an gern die Eier und fehlt die Kontrolle, so kann der Besitzer sie zwar füttern, die Eier aber kommen oft in falsche Hände. B.

Frage-Ecke.

Antworten.

72. In der Regel bringt der „Hauswirtschaftliche Ratgeber" zur Quittenzeit eine Reihe von gut verwendbaren Rezepten. Ich möchte Ihnen auch raten, das sehr empfehlenswerte Büchlein „Die Herstellung der Konserven", das im Verlage von K. Wyß in Bern erscheint (Preis 40 Cts.) kommen zu lassen. Sie finden dort alles Nötige, die Einmachkunst betreffend, speziell auch Rezepte zum Einmachen von **Quitten**. Dörren lassen sich solche nicht, wie Aepfel und Birnen, ich würde eher raten, Pasten daraus zu machen! Elsi.

73. Liebes, junges Frauchen! Hätten Sie doch s. Z. auf Ihren Wunschzettel geschrieben: Einen Sterilisierkochtopf System Weck mit 20 Gläsern. Dann hätten Sie die Vorteile des **Sterilisierens** längst eingesehen! Ich finde, gerade auf dem Lande, wo man nicht immer zu guten Preisen seine Gemüse und Früchte absetzen kann, sollte man tüchtig drauflos sterilisieren. Im Winter ist man dann sehr froh über die wohlgefüllten Gläser. Ich würde jeden Monat regelmäßig, auch im Winter, 2—3 Gläser kaufen, dann erscheint Ihnen die Ausgabe nicht so groß und Sie kommen nach und nach zu einem hübschen Vorrat. Vielleicht können Sie in einem Waschhafen sterilisieren mit Brettunterlage oder mit Körbchen, dann fällt die Auslage für den Apparat sowieso weg! Verzichten Sie momentan lieber auf die Erfüllung irgend eines andern Wunsches und kaufen Sie sich eine Anzahl Gläser für diese Herbst-Saison. Im übrigen befolgen Sie meinen eingangs gegebenen Rat! Felicitas.

74. Luftzug soll das beste Mittel zum vertreiben der **Fliegen** sein. Diese Insekten fühlen sich nur da wohl, wo verdorbene Luft ist oder wo z. B. Speiseresten, Obst 2c. sie anlocken. Die verschiedenen Fliegengläser und Pflaster scheinen mir sehr tierquälerische Mittel zu sein, sich der Insekten zu entledigen. In der Regel tritt der Tod nicht schnell genug ein. Man empfiehlt, an einer Stelle Zucker auszustreuen und die Tierchen, die dann zahlreich zum Schmause erscheinen, mit einem Schmetterlingsnetz zu fangen. Die Fliegen werden durch den Luftzug der Spitze des Netzes zugetrieben; man hält nun dasselbe in der Mitte fest und taucht die Tiere in kochendes Wasser, wo sie sofort verenden. Gazefenster sollen notwendig sein da, wo Düngerstätten, Sümpfe 2c. in der Nähe der Wohnung die rasche Ueberhandnahme der Fliegen und Mücken begünstigen. Hausfrau.

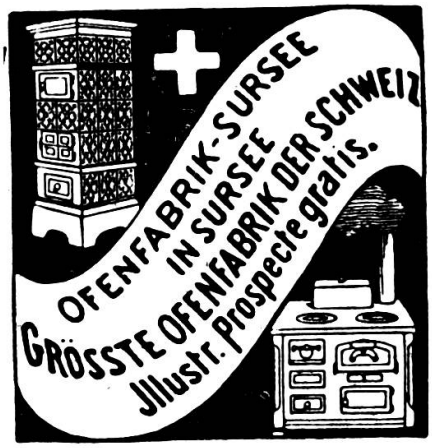
Fragen.

75. Wie es scheint, werden unsere **Trauben** nicht reif dieses Jahr, darum möchte ich die Leserinnen anfragen, ob man die unreifen Trauben auch verwerten kann? Allfällige Antworten verdankt bestens Elisa.

76. Letzthin hatte ich eine sehr unangenehme „Chüechlete". So oft ich etwas in das heiße **Backfett** legte (ausgelassene Zentrifugenbutter und Schweinefett) fing es sehr an zu schäumen und zu steigen, so daß ich nur mit großer Mühe meine gleichwohl gut geratenen Schenkeli fertig backen konnte. Kann mir nun eine erfahrene Hausfrau die Ursache dieses Butterschäumens angeben und auch zugleich, wie man dies verhindern kann? Lernbegierige.

77. Wir besitzen ein Haus, das von Mietsleuten bewohnt wird. Diese beklagen sich über kleine schwarze **Ameisen**, die sich nach und nach eingenistet haben, ohne daß man einen Herd findet und die in Schränken und Kästen über alles Eßbare kommen. Weiß vielleicht jemand aus dem geschätzten Leserkreise ein Mittel, um die lästigen Gäste zu vertreiben? Sehr dankbar wäre dafür Eine Abonnentin.

78. Könnte mir eine Mitabonnentin aus eigener Erfahrung einige Rezepte über das Einmachen der **Eierschwämme und Pilze** mitteilen? Für gütigen Rat im voraus besten Dank. Eine Abonnentin.

79. Ist es wirklich vorteilhaft, einen **Speisezettel** für 8—14 Tage im voraus zu machen? Meine Freundin behauptet, es erleichtere einem die Arbeit. Ich vermag dies nicht recht einzusehen und finde, man habe doch solch ein Mittagessen für einfache Bürgersleute am Morgen rasch zusammengestellt! Es interessiert mich aber doch, von anderen Leserinnen zu hören, wie sie es halten. Hausfrau in B.

80. Was sind die **Kornelkirschen** für Früchte? Ich habe in letzter Nummer des „Ratgeber" ein Rezept darüber gelesen, kann aber nirgends erfahren, wie diese „Tierli" aussehen müssen und ob es eine gesunde Frucht ist. Eine Lernfrohe.