

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

**Band:** 17 (1910)

**Heft:** 15

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 25.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



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

N<sup>o</sup>. 15. XVII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
 24 Nummern.

Zürich, 6. August 1910.

Rasten lähmt dich,  
 Hasten quält dich,  
 Fleiß ernährt dich —  
 Schweiß aber ehrt dich!



### Nochmals von der Suppe.

(Nachdruck verboten.)

Einer Hausfrau sei gestattet, nochmals auf das Suppen-Kapitel zurückzukommen. Zwar heißt es da und dort: „Im Sommer möchten wir die Suppe am liebsten weglassen, man hat weniger Appetit und dann ist es so heiß, lange am Herd stehen zu müssen!“ Etwas Berechtigung hat diese Bemerkung, aber ich möchte doch auf einiges aufmerksam machen, das im Suppenartikel im letzten „Hauswirtschaftlichen Ratgeber“ weniger Beachtung fand.

Gerade im Sommer dürfte an vielen Orten die Suppe die Hauptmahlzeit bilden, aber natürlich eine kräftige, gute Suppe. Was hat der Arbeiter, was haben viele, die nach außen etwas sein und scheinen möchten, mittags? Da wird ein Kaffee gebraut, dazu kommen Kartoffeln, wenns wohl will, mit Käse oder irgend etwas

vom Conditior. Wer will behaupten, das sei nahrhafte Kost?

Würde man dagegen mehr Wert auf das Kochen guter, nahrhafter Suppen legen, so wäre wahrscheinlich die Ernährung an vielen Orten eine zweckmäßigere. Ich habe nicht die Gourmands im Auge, die nach Schildkrötensuppe oder soupe à la reine lechzen, sondern jene, die arbeiten müssen, also auch gut genährt sein sollen, denen es aber die Mittel nicht erlauben, für Fleisch &c. größere Summen auszugeben.

Die Hausfrauen haben sich so daran gewöhnt, für die Suppe keine besondere Aufmerksamkeit zu verwenden, da man ja die Maggi-, Wittsch- und Knorrprodukte zur Verfügung hat. Diese sind ja gut und bequem dort, wo wenig Zeit zum Kochen ist; aber wer die Mühe nicht scheut, der wird Besseres kochen können und zwar mit und ohne Hilfe dieser Präparate.

Man hat alle möglichen Kochkurse, für einfache, feine Küche, Fischkurse &c., warum sollte man nicht auch Suppenkurse einführen, namentlich in einer Zeit, da alles so teuer ist? Suppe im Sommer hat auch den großen Vorteil, daß sie,

weil doch flüssig, mithilft, den Durst zu löschen, während dieser durch feste Speisen, auch wenn sie wenig gewürzt sind, eher angeregt wird. Wenn man unsere Frauen und Töchter lehren würde, all die Gemüse zu Suppen zu verwenden, so böte auch der Sommer viel Abwechslung in der Suppenbereitung.

Oder ist eine Suppe nicht nahrhaft, die aus Knochen gekocht oder mit Maggi-Würfel bereitet, als Einlage klein geschnittene Bohnen, fein gedünsteten Wirz und 1—2 handvoll Reis, lange mitgekocht, enthält? Für den Hausherrn noch eine Wurst mitgekocht und Brot dazu serviert, dürfte eine solche Mahlzeit wirklich angenehmer und nahrhafter sein, als Kaffee mit Kartoffeln. Weiter kann man Carotten fein scheibeln, Rabis in Streifen schneiden, beides dünsten und der Suppe beigegeben, die Hafergries (Maggi-Würfel), Maismehl oder Reis enthält; fein geschnittener Speck erhöht den Geschmack und den Nährwert. Überall, wo Fleisch nicht Verwendung finden kann mit Rücksicht auf die Kosten, hat man Gelegenheit, Maggi-produkte, Würfel, Kapseln und Rollen zur Bereitung kräftiger, nahrhafter Suppen, welche das Mittagmahl ausmachen sollen, zu verwenden. Hauptbedingung ist die Zusammenstellung der Präparate mit frischen Gemüsen, die sich ja schließlich, wenn auch nicht in größern Quantitäten, so doch in kleinern Mengen, jede Arbeiterfrau selbst pflanzen oder billig kaufen kann. Längeres Kochen ist unbedingt erforderlich; das kann ja schon früh morgens geschehen, und dann packt man die gut vorgekochte Suppe in die Kochkisten oder den Selbstkocher. In den angeregten Suppenkochkursen müßten auch Kochkiste, Kochsack und Selbstkocher demonstriert werden.

Wer es besser haben kann, dem stehen ja die sog. Gemüsekugeln zur Verfügung. Hier hinein packt er vom einen oder andern Gemüse, kocht es in der Suppe mit, die natürlich viel kräftiger wird, und mittags, beim Anrichten, lassen sich die Gemüse kurz dämpfen und bilden eine gute Beigabe zu Wurst &c. Ich erwähne die

Wurst schon aus dem Grunde, weil sie in Arbeiter- und Handwerkerkreisen eine ziemlich große Rolle in der Ernährung spielt.

Wir möchten auch aufmerksam machen, daß für den Winter frische Gemüse gebürt werden können, auch kann man sie, schon gemischt, sterilisieren. Ferner kommen dann die verschiedenen Präparate in Betracht, die kombinierten Suppenrollen und all die Bohnen- und Erbsensorten, die sich für Suppen und Gemüse eignen.

Diese Suppenkocherei nimmt vielleicht etwas mehr Zeit und Mühe in Anspruch, aber in mancher Familie muß die Suppe einen vorteilhaften Ersatz bieten für schlechten Kaffee mit wenig nahrhafter Beigabe. An verschiedenen Orten wären Suppenkochkurse sehr angezeigt, und damit würde die beste Gelegenheit geschaffen, Belehrungen über rationelle Ernährung, über einfache und doch gute Kochweisen, über ausgiebige Zuhilfenahme der verschiedenen Präparate von Maggi, Knorr und Witschi &c. zu sprechen und diese praktisch vorzuführen.

Gs.



## Wiener Gemüsegerichte.

Von Mizzi Steiner.

(Nachdruck verboten.)

Heutzutage, da die Konservenindustrie so große Triumphe feiert, sollte man meinen, daß es keinen Ort der Welt mehr gebe, an dem die Büchsengemüse nicht Abwechslung in das Wochenmenü brächten. Aber weit gefehlt, denn in Wien sind sie so gut wie unbekannt.

„Essen die Wiener denn, außer im Sommer, keine Gemüse?“ wird man fragen. O doch, sie sind ihnen vielleicht unentbehrlicher als den Bewohnern anderer Städte und Länder, aber sie begnügen sich mit den saisongemäßen, das heißt, in den warmen Monaten mit denen, welche dann wachsen, und im Vorfrühling, Herbst und Winter mit den verschiedenen Kohlorten, Hülsenfrüchten und Rüben, sowie Spinat. Nun muß ich aber zugeben, daß sie ihre Kohlorten, Hülsenfrüchte u. s. w. so abwechslungsreich und schmackhaft zu bereiten

verstehen, daß man sich der Beschränkung nicht recht bewußt wird.

Was machen die Wiener Hausfrauen nicht zum Beispiel alles aus dem Kohl! Einen sehr verbesserten, kräftigeren Geschmack gewinnt unter anderem der Rosenkohl — in Wien „Sproßen“ genannt — dadurch, daß man ihn, statt ihn, wie bei uns üblich, zuerst in Salzwasser abzukochen, in Butter röstet, und dann unter allmählichem Zugießen von immer nur wenig Wasser, gar dämpft. Darauf kommt etwas Paprika dazu — papriziert wird ja überhaupt so gut wie alles — und zuletzt röstet man Mehl in Butter und kocht es mit den Sproßen durch. Ebenso verfährt man mit Wirsing und Weißkohl. Will man am Gemüse sparen, so macht man eine braune Einbrenne, deren Menge der des Kohls entspricht, verkocht sie mit Wasser zu einem dünnen Brei, der mit Paprika und kleingeschnittenen Zwiebeln gewürzt wird, und läßt dies Gemenge mit dem Kohl durchbrühen. Dazu ist man meistens Rindfleisch in einer Zubereitung, die recht gut schmeckt, wenn man sich einmal daran gewöhnt hat. Das Fleisch wird kotelettartig zugeschnitten, in Butter leicht angebraten und mit etwas Wasser, Zwiebelstreifen, Paprika und Kapern etwa eine halbe Stunde gekocht. Es ist natürlich nicht sehr weich, besitzt aber ein ausnehmend angenehmes Aroma. Eine ausgezeichnete, der ungarischen Küche entnommene Speise, die sich jedoch in Wien eingebürgert hat, ist folgende: man kocht Weißkohl, dessen Köpfe in Viertel geschnitten werden, in Salzwasser knapp weich, legt sie auf einer Gemüseschüssel nebeneinander und bedeckt sie mit kleinen, unpaniert gebratenen Schweinskoteletten, bestreut alles mit Paprika und gießt die Butter, in welcher das Fleisch gebraten wurde, darüber. Dann deckt man die Schüssel gut zu und stellt sie noch ungefähr zwanzig Minuten in die heiße Bratröhre. Infolge des Zudeckens werden die Koteletten nicht dürr und hart, und der Kohl durchzieht sich in angenehmer Weise mit dem Fleischsaft und dem Bratfett.

„Züngerl mit Wurzeln“ ist besonders beliebt. Man kocht ein paar frische Kalbszungen mit feinstreifig geschnittenen Mohrrüben, Sellerie- und Petersilienwurzeln, sowie Kohlrabi, unter reichlicher Zugabe von Gewürz- und Pfefferkörnern weich, gießt zuletzt ein wenig Essig dazu und serviert das Ganze mit einer geringen Menge Fleischbrühe und rohem geriebenen Meerrettig.

Eine große Rolle spielen die Champignons, die man auch zur Winterzeit bei jedem „Kreißler“ — auf gut deutsch „Gemüsehändler“ — kaufen kann. Rindfleisch in Scheiben geschnitten, wird flüchtig angebraten und mit zerschnittenen Champignons und Kapern eine halbe Stunde in wenig Wasser gekocht. Dann tut man in Butter gar gedämpfte Zwiebeln und Paprika hinzu,stäubt Mehl darüber und läßt alles noch rasch auf dem Feuer zusammen durchkochen. Ich will bei dieser Gelegenheit gleich einer trefflichen, echt nationalen Suppe Erwähnung tun. Aus Rindsknochen und einem kleinen Stückchen Kalbsleber wird eine Fleischbrühe bereitet, die man mit zerschnittenen Champignons und ein wenig Weißkohl fertig kocht. Darauf macht man aus frischer Leber und dem Stückchen gekochter, sowie den weiter notwendigen Zutaten sehr lockere Leberknödel, wirft sie in die Suppe und legiert diese ganz wenig mit einer mäßig dunkeln Einbrenne.

Sehr beliebt ist Risotto mit Gemüse und Hühner- oder Kalbfleisch. Vorzugsweise werden grüne Erbsen dazu verwendet. Wer die Speise recht fein haben will, der brätet das in Würfel geschnittene Fleisch zuerst an und kocht es dann mit dem Reis zusammen durch, wer bescheidener ist, bringt es roh mit dem Reis auf's Feuer. Wenn beides gar ist, läßt man die Flüssigkeit völlig eindampfen, vermengt dann die bereits gargekochten Erbsen damit, tut Butter dazu und serviert das Gericht, dick mit geriebenem Parmesankäse bestreut.

Wenig befreunden kann ich mich mit der Wiener Zubereitung der grünen Schneidebohnen, der „Fiesolen“. Die

Bohnen werden gargekocht, darauf fügt man Zucker und Essig — und zwar gar nicht wenig — dazu, kocht sie mit einer dicken dunkelbraunen Einbrenne durch und papriziert sie zum Schluß.

Blumentohl wird mit einer Unmasse sehr fett gerösteter Semmelbrösel serviert. Spinat, Spargel und grüne Erbsen kocht man in der Regel wie bei uns.

Nicht vergessen will ich den „Kochsalat“, der sich der allgemeinen Gunst erfreut. Weißkohl wird in große Stücke geschnitten und nur mäßig weichgekocht, worauf man das Wasser abgießt, viel heiße gebratene Speckstücke darüber schüttet und Essig zugeißt. Diesen Salat ißt man warm.

Die sämtlichen hier genannten Rezepte stammen von sehr bewährten Wiener Hausfrauen her. Im Restaurant findet man die Wiener Küche ja doch lange nicht so unverfälscht und national wie in Privathäusern.



### Historisches über den Kaffee.

(Nachdruck verboten.)

Die Gewohnheit des Kaffeetrinkens bei den Kulturvölkern ist erst wenige Jahrhunderte alt. Im 15. Jahrhundert soll sie von Äthiopien aus, wo sich der Ursprung ins Sagenhafte verliert, nach Arabien gekommen sein. Zuerst bürgerte sich das Kaffeetrinken in Aden ein, von wo es durch Perwische in Mekka in Mode kam. Von hier aus verbreitete es sich bald über ganz Arabien und von da zunächst nach Kairo und Syrien. Unter Solimann dem Großen entstanden 1554 die ersten Kaffeehäuser in Konstantinopel. Vergeblich waren alle Bemühungen, den Kaffeegenuß zu unterdrücken; immer mehr und mehr fand er Anhänger. Anfangs des 17. Jahrhunderts sollen die Venetianer den Kaffee nach Italien gebracht haben; 1626 wurde der erste Kaffee in Rom getrunken und 1645 war er in Süditalien allgemein verbreitet. 1671 wurde in Marseille an der Börse das erste Kaffeehaus eröffnet; in Paris war 1669 der Kaffeegenuß schon allenthalben üblich. In Amsterdam ent-

stand 1666, in London 1652 das erste Kaffeehaus.

Nach dem Norden ist der Kaffee erst sehr spät vorgebrungen. In Schweden soll man ihn nicht vor 1700 gekannt haben und in Dänemark war er zu Anfang des 18. Jahrhunderts noch unbekannt. Bereits 1670 kam der erste Kaffee nach Deutschland. Das erste Kaffeehaus wurde 1673 in Wien, das zweite und dritte 1686 in Nürnberg und Regensburg, das vierte 1687 in Hamburg eröffnet. Das Kaffeetrinken verbreitete sich schnell; 1720 wurde es in Kursachsen allgemein; 1721 erhielt Berlin sein erstes Kaffeehaus, 1722 Stuttgart. Um 1744 wurde der Kaffee an allen deutschen Höfen getrunken. Friedrich der Große führte in Preußen das Kaffeemonopol ein. Adelige, höhere Beamte und Geistliche durften sich den Kaffee selbst brennen, und die übrige Bevölkerung mußte 24 Loth gebrannten Kaffeess mit einem Taler bezahlen. Friedrich der Große begünstigte auch die Surrogatindustrie, und so entstanden damals Eichkaffee, Kaffee aus Gerste, Roggen, Rüben, während Eichorientkaffee erst 1790 hergestellt wurde. Die Surrogate fanden aber nicht viel Beifall und vermochten den Kaffee nicht zu verdrängen.



• Haushalt. •



**Fleckenbehandlung.** Tintenflecke verschwinden aus bunten Woll- und Baumwollstoffen durch Einreiben von Glycerin und Nachwaschen in warmem Wasser mit etwas Seife. Tintenflecke in weißen Stoffen behandelt man mit Zitronensäure, indem man dieselben einige Zeit darin weichen läßt und eventuell das Verfahren wiederholt. Der zurückbleibende gelbe Fleck wird in gleicher Weise mit Kleesalz behandelt.

Um Fettflecke an sichtbaren Plätzen, wie z. B. an der Tapete zu entfernen, macht man einen Brei von in Wasser angerührter, pulverisierter, kohlensaurer Magnesia, bestreicht damit den Fleck und läßt die Masse 24 Stunden darauf stehen, bürstet ihn dann mit einer reinen, weichen Bürste ab und wiederholt dies so lange, bis der Fleck verschwindet.

Bei Blutflecken legt man sofort etwas angefeuchtete Stärke auf, die man wegbläst, sobald sie trocken ist.

**Kaffee- und Milchflecke** in wollenen Stoffen entfernt man, indem man sie mit reinem Glycerin bestreicht, in lauwarmem Wasser durchwäscht und auf der linken Seite trocken plättet.

**Rostflecke** in Wäsche beseuchtet man mit Zitronensaft und bügelt sie mit heißem Eisen. In der darauffolgenden Wäsche verschwinden die Flecke.

**Speisen**, die leicht angebrannt sind, gewinnen ihren guten Geschmack wieder, wenn man sie mit einem nassen Tuch bedeckt, das dick mit Salz bestreut ist.



### Speisezettel für die bürgerliche Küche.

**Montag:** Flamändische Suppe\*, gebackte Beefsteaks mit Schmorkartoffeln, Gurkengemüse†, Frucht-Tompott.

**Dienstag:** Grünkransuppe, Lammfricassé†, Salzkartoffeln, Blumenkohl mit brauner Butter, Kirschkompott†.

**Mittwoch:** Dünklisuppe, Rindfleisch und magerer Speck, grüne Bohnen, Weinschaumcreme\*.

**Donnerstag:** Kartoffelsuppe†, Ochsenfilet mit saurer Rahmsauce\*, Gemüsesalat\*, Johannisbeerkuchen\*.

**Freitag:** Gebrannte Mehlsuppe, Eier à l'auroré†, Blanc-manger mit Himbeeren.

**Samstag:** Sagosuppe aus Knochenbrühe, Schweinsbraten, Kohlgemüse, Salat, Kirschkompott.

**Sonntag:** Ochsenschwanzsuppe†, Fische au gratin\*, Kalbsfricassé, gedämpfte Bohnen, Salat, kleine Vanillekuchen\*, geschwungener Rahm mit Heidelbeeren gemischt.

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

### Kochrezepte.

**Alkoholphaltiger Wein** kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasser-verbünnten Strup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

**Flamändische Suppe.** Kohl, Rotgelbrüben, weiße Rüben, Kartoffeln, Brot und Körbelkraut schneide man fein und verdämpfe es in Butter. Nachdem man Wasser daran gegossen hat, lasse man die Suppe kochen, bis die Gemüse weich sind, treibe sie durch ein Sieb und verbinde sie mit einem Ei.

**Fische au gratin.** Hierzu eignen sich am besten Sole, Merlan, Barsch, Gründlinge und Rotzunge. Da der Sole sich nicht abschuppen läßt, zieht man ihm die Haut von beiden Seiten ab. Um sie auszunehmen, mache man nur eine kleine Spalte ganz oben.

Mit einem Stück Butter wird so viel Mehl als möglich verbunden; breite die Masse auf einer feuerfesten Platte aus, streue gebackte Petersilie und Champignons darüber, lege den Fisch darauf

und bestreue ihn mit Pantermehl. Begieße ihn dann mit einigen Löffeln voll Weißwein und koche ihn 15–20 Minuten im Ofen. Vor dem Anrichten begieße man ihn noch mit heißer Butter und Zitronensaft.

**Ochsenfilet mit saurer Rahmsauce.** Nachdem das Filet gespießt worden ist, lasse man es in Butter schön gelb braten, streue 2–3 Löffel voll Mehl darüber und rühre darin, damit es sich nicht ansetzt, gieße 1–2 Glas Wasser, 5 Deziliter sauren Rahm darüber und lasse es noch 40–50 Minuten kochen; im Ganzen nicht mehr als eine Stunde.

**Backhähnchen.** Zeit  $\frac{3}{4}$  Stunden. 3 Backhähnchen, 100 Gr. Stoßbrot, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Backfett, Petersilie. — Ganz junge Hähnchen werden, nachdem sie richtig vorbereitet worden sind, in Viertel zerlegt, der Brustknochen entfernt, eine Viertelstunde eingesalzen bei Seite gestellt, abgetrocknet und in gewohnter Weise paniert, das heißt, in Mehl, zerschnittenem Ei und Stoßbrot aus weichem, etwas altbackenem Brot umgewendet und sofort in schwimmendem Fett knusperig gebacken. Sie müssen langsam gebacken werden, damit sie gar werden bis ins Innere.

Manche sieden sie zuerst eine Viertelstunde und backen sie dann auf raschem Feuer. Zuletzt wird noch etwas Petersilie in dem Fett gebacken und auf jedes Stück ein Zweiglein gelegt.

Aus „Grilli in der Küche“.

**Gemüsesalat.** Man puzt verschiedenes junges Gemüse, wie Carotten, Spargel, kleine Sellerieknollen, Bohnen und Kohlrabi, schneidet die zartesten Teile des Spargels und die Bohnen in 2 Zentimeter lange Stücke, den Blumenkohl in kleine Köstchen, die Kohlrabi, Carotten und Sellerieknollen in runde Scheiben, kocht alles in Salzwasser weich, läßt es abtropfen, legt den Blumenkohl in die Mitte der Schüssel, die übrigen Gemüse ringsherum, übergießt sie mit einer Saltsauce aus geriebenen harten Eidottern, Provenceröl, Senf, Essig, Pfeffer und Salz, und umgibt die Schüssel mit hartgekochten, in Viertel zerschnittenen Eiern.

**Omeletten mit Käse.** Man schlägt 6–8 frische Eier in eine Schüssel, mischt ein klein wenig Salz, Pfeffer und 30 Gramm in kleine Stückchen zerstückte frische Butter hinzu, verrührt alles mit einer großen Gabel zu einer schaumigen Masse, zerläßt 90 Gr. Butter in einer Pfanne, schüttet die Eiermasse hinein und fährt mit der Gabel darin herum, bis die Omelette gehörig zu backen beginnt. Dann schüttelt man die Pfanne von Zeit zu Zeit hin und her, damit die Omelette nicht anhängen kann, überstreut letztere mit 125 Gr. kleinwürflig zerschnittenem, saftigem Schweizerkäse und klappt sie übereinander. Sobald die Omelette durchgebacken und auf der Unterseite goldbraun ist, schiebt man sie auf eine Schüssel und gibt sie augenblicklich zu Tisch.

**Weinschaumcreme.** In  $\frac{1}{2}$  Liter guten Weißwein tut man den Saft von zwei Zitronen

und die auf Zucker abgeriebene Schale von einer Zitrone, 150 Gr. Zucker, 6 ganze Eier, 2 Dotter, 2 Eßlöffel Rum und 1 Theelöffel voll Kartoffelmehl, rührt alles gut durcheinander und läßt die Mischung eine halbe Stunde stehen. Hierauf quirlt man alles in einem hohen, engen, glasierten Topf gut durch, stellt denselben in ein hohes Gefäß, einen eisernen Topf oder dergleichen, mit siedendem Wasser über mäßiges Feuer, am besten auf dem offenen Herd, und quirlt oder schlägt die Creme sehr stark, bis sie heiß und bis zum Boden hinab schaumig ist und zu steigen beginnt, ohne ins Kochen zu kommen. Dann hebt man den Topf aus dem Wasser, schlägt die Creme noch eine zeitlang fort, schüttet sie in eine bereitstehende Schüssel und stellt sie auf Eis oder in sehr kaltes Wasser, um sie nach dem Erstarren mit Fruchtgelee zu verzieren und aufzutragen.

**Kleine Vanillekuchen.** 500 Gr. recht frische Butter wird schaumig gerührt, mit 2–3 Eiern, 500 Gr. gestoßenem Zucker, einer Schote gestoßener Vanille, einer kleinen Prise Salz und 500 Gr. feinem Mehl vermischt, worauf man den Teig auf einem mehlobestäubten Brett ziemlich dünn auswallt, zu kleinen Kuchen aussticht, und diese auf einem bebutterten Blech bei mäßiger Hitze bäckt.

**In der Pfanne gebackener Johannisbeerkuchen.** Man bereitet einen Eierkuchenteig aus  $\frac{1}{4}$  Liter Milch, 4 Eiern und 3 Eßlöffeln Mehl nebst etwas Zucker und Zimt, erhitzt ein Stück Butter von etwa 30–40 Gr. in der Eierkuchenspfanne, tut den Teig auf einmal hinein, legt  $\frac{1}{2}$  Liter recht reife, abgestellte und mit Zucker vermischte Johannisbeeren darauf, und läßt den Kuchen langsam baden, bis er unten etwas gebräunt ist, dann streut man 125 Gr. gestoßenen Zwieback über die Beeren, wendet den Kuchen vorsichtig um, legt etwas Butter darunter, bäckt ihn auch auf der andern Seite und bestreut ihn mit Zucker und Zimt. — Auf andere Art verfährt man, indem man bloß die Hälfte des Teiges zuerst in die Pfanne tut, etwas überbacken läßt, die Beeren darauf legt und die andere Hälfte Teig darübergießt, um den Kuchen so erst auf der einen, dann auf der andern Seite zu baden.

### Eingemachte Früchte.

**Mirabellenkonfitüre.** Aus 1 Kilo recht reifer Mirabellen entfernt man die Kerne, läutert 1 Kilo Hutzucker mit fast  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, schäumt ihn gut ab, tut die Mirabellen hinzu, siedet sie völlig weich, nimmt sie heraus, legt sie in einen Steintopf, siedet den Zuckerstrup zu dicker Gelee ein, schüttet ihn heiß über die Früchte, bindet den Topf dann gut zu und bewahrt ihn an einem kühlen Orte auf. — Oder man lernt die Mirabellen aus, nimmt auf je 1 Kilo Früchte 500 Gramm Zucker, läutert diesen zu Strup, kocht die Pflaumen so lange darin, bis der Saft geleeartig dick geworden ist, richtet an, bindet sie zu und hebt sie an einem kühlen Orte auf.

**Himbeergelee.** Auf 1 Kilo Früchte 750 Gr. gestoßenen Zucker und 2 Deziliter Wasser. — Die Früchte werden mit dem Wasser zugelegt, erhitzt und gekocht bis sie plagen. Dann quetscht man sie ein wenig und gießt sie durch ein Haarfieb oder ein Tuch, welches an den vier Beinen eines umgekehrten Stuhls befestigt wurde. In der Messingpfanne rührt man nun den Zucker, bis er sich zu ballen beginnt, fügt den Saft bei und kocht es vom Zeitpunkte des Siedens an noch 5–10 Minuten auf starkem Feuer. Beim Zugießen des Saftes zum Zucker bilden sich kleine Stücke Zucker, die sich jedoch rasch wieder auflösen. Auf obige Weise zubereitete Gelee ist ausgiebig, fest und hat eine schöne Farbe.

Auf gleiche Weise können Johannisbeeren, Stachelbeeren und Brombeeren zu Gelee gekocht werden. Aus „Grilli in der Küche“.

**Gelee von unreifem Fallobst.** Unreife Äpfel und Birnen — je unreifer, desto besser — werden sauber gewaschen, nicht geschält, von allem wurmförmigen und verdorbenen sorgfältig befreit, in Stücke geschnitten, mit soviel kaltem Wasser zugelegt, daß es darüber steht. Man kocht sie bis sie weich sind, und gießt dann den Saft über ein an vier Stuhlbeinen befestigtes Tuch, ohne zu rühren oder zu drücken. Auf 1 Kilo Saft werden 750 Gr. ungebläuter Stockzucker berechnet, alles zusammen auf kleines Feuer gesetzt, bis der Zucker zergangen ist, und dann auf raschem Feuer in 10 bis 15 Minuten zu Gelee eingekocht. Während des Kochens fleißig Abschäumen. Je nach Geschmack kann ein Vanillestengel oder etwas Zitronenschale mitgekocht und nachher wieder entfernt werden.

**Eingemachte Preiselbeeren.** Auf 1 Kilo Preiselbeeren 250 Gr. Zucker. Die Preiselbeeren werden erlesen und ohne Wasser in die Pfanne getan, bis sie Saft gezogen haben. Nun fügt man den Zucker bei, schäumt die Beeren gut ab und kocht sie so lange, bis sich kein Schaum mehr zeigt. In 15–20 Minuten sind sie fertig und sollen dann noch schön rund sein. Man füllt sie in einen steinernen Topf und überbindet das Eingemachte andern Tags mit Papier.

**Dreimus.** Hierzu nimmt man 500 Gramm saure Kirschchen, 500 Gr. sauber gewaschene und abgestreifte Johannisbeeren und 500 Gr. Himbeeren. Auf 500 Gr. Früchte rechnet man 500 Gramm Zucker, kocht diesen mit ein wenig Wasser klar, und schüttet dann die Früchte hinzu. Man läßt die Früchte unter fortwährendem Rühren eine gute Viertelstunde kochen, nimmt die Früchte heraus und läßt den Saft noch etwas einkochen. Dann schwenkt man die Früchte in dem Saft noch ein wenig, und füllt die Masse etwas abgekühlt in Gläser, die am nächsten Tage mit Numblättchen bedeckt und verbunden werden. Dieses Mus eignet sich vorzüglich zur Füllung von Pfannkuchen, sollte zu diesem Zweck aber zur Hälfte mit Pflaumenmus vermischt werden.

## Gesundheitspflege.

**Ueber die Hitze.** Wie jeder gewiß schon am eigenen Leibe verspürt hat, gibt es eine angenehme Hitze und eine unangenehme Hitze. Der Unterschied liegt durchaus nicht in der Temperatur. Es kann sehr heiß und doch nicht unangenehm heiß sein, und es kann andererseits wieder selbst dann sehr unangenehm werden, wenn das Thermometer einige Grade weniger zeigt. Der Unterschied liegt also nicht in der Temperatur, sondern bei einem ganz anderen Faktor, nämlich beim Wassergehalt der Luft. Ist die Luft stark mit Wasserdampf gesättigt, so empfinden wir dies selbst bei an und für sich noch nicht allzu hoher Temperatur schon äußerst lästig: es entsteht das Gefühl der Schwüle, der drückenden Hitze, das sich zuletzt bis zu einem ziemlich starken allgemeinen Unbehagen zu steigern vermag. Ist hingegen die Luft sehr trocken, so kann man sehr hohe Hitzegrade aushalten, und es gibt Orte in den Tropen und in südlichen Ländern, wo der Aufenthalt ein gesunder und angenehmer ist, trotzdem dort die Sonne fast senkrecht vom wolkenlosen Himmel niederbrennt.

Daß die trockene Hitze leichter zu ertragen ist, als die feuchte, ergibt sich nicht nur aus der Erfahrung, sondern es wurde auch von drei englischen Physikern durch einen eigenartigen Versuch noch besonders bewiesen. Diese drei Physiker Baeks, Blondgen und Solander begaben sich, mit ihren Kleidern angetan, in einen bis zur Siedetemperatur des Wassers, also bis 100 Grad Celsius erhitzten trockenen Raum und vermochten darin zehn Minuten zu verweilen, ohne daß sie irgendwelche Symptome des Hitzschlages an sich bemerkten. Auch bei Steigerung der Temperatur auf 180 Grad zeigten sich keine nachteiligen Erscheinungen, ob schon hierbei ihre Uhrketten glühend heiß geworden waren. Bei diesen Temperaturen fand eine so rasche Verdunstung des Wassers an ihrer Hautoberfläche statt, daß diese sich direkt kalt anfühlte. Wurde der Raum hingegen mit Wasserdampf gesättigt, so vermochten sie bei viel niedrigerer Temperatur nur wenige Minuten darin auszuhalten, und es stellte sich sofort Benommenheit, Schwindel zc. ein. Da die dunklen Stoffe die Hitze bedeutend stärker aufnehmen, als die hellen, so kleidet man sich in heißen Ländern vollkommen weiß. Unter dem Hute trägt man große Salatblätter, die, wie die Erfahrung lehrt, den Kopf sehr gut kühlen.

Bei feuchter Hitze, also wenn es schwül und drückend ist, gibt es nichts falscheres und unangenehmeres, als viel zu trinken. Die trockene Hitze wird eben deswegen so leicht ertragen, weil dann die Luft weniger Feuchtigkeit enthält, und weil deshalb die auf der Oberfläche unseres Körpers befindliche Feuchtigkeit leicht verdunsten kann; dadurch bleibt der Körper immer kühl. Ist hingegen die Luft mit Feuchtigkeit gesättigt, so daß sie keine weitere aufzunehmen vermag, so kann natürlich auch auf der Oberfläche des Körpers keine Ver-

dunstung stattfinden. Die Poren sind zwar nicht in Wirklichkeit, aber doch im Effekt verstopft, und wenn man nun immer mehr Wasser in den Körper hineingießt, so steigert sich dadurch nur das Bedürfnis der Haut, diese Feuchtigkeit wieder auszuschleiden. Da eine solche Ausscheidung jedoch infolge des hohen Wassergehaltes der Luft unmöglich ist, so verschafft vieles Trinken nur neues Unbehagen. Die Flüssigkeitsmenge im Körper wächst an, und das Herz hat infolgedessen größere Quantitäten desselben durch die Bahnen des Blutkreislaufes hindurchzupumpen; es entsteht dadurch Beklemmung zc. Das einzig richtige Verhalten bei schwüler und drückender Bitterung ist deshalb, nichts trinken und kalt waschen.

## Clerzucht.

Ein gutes Mittel zum Fernhalten von Bremsen und Fliegen von Tieren ist der Knöterich oder Wasserpfeffer (Polygamum), auch Flohkraut geheißen. Diese Pflanze enthält in den Blättern einen scharfen, auf der Zunge beißenden Stoff, wächst überall, besonders auf nassem Boden. Die Tiere damit eingerieben, hält die Bremsen fern, ebenso die Blätter vom Wallnußbaum.

A. B. in M.

**Drei praktische Winke.** Der Genuß von Grünpetersilie tötet Papageien, derjenige von Fliederblüte und Brennesseln, die kleingeschnitten, mit Kleie vermengt den jungen Gänschen so bestmöglich sind, schadet Pfauen, und Enten gehen schon an kleinen Quantitäten Zuder zugrunde. Die roten Beerenfrüchte von Maiglöckchen töten die Haushühner.

## \* Frage-Ecke. \*

### Antworten.

64. Das Haushaltsgeschäft von J. Sigrift, Kapellgasse, Luzern, führt als Spezialität nur erprobte Petrolherde der verschiedensten Systeme. Was betr. Leistungsfähigkeit und Einfachheit mir am besten einleuchtet, ist der Petrolgasherd System Haab, der ein- und zweilöchrig erhältlich ist. Als sehr praktisch, weil er ein Wasserschiff hat, erweist sich der Petrolherd Vulkan. Es lohnt sich der Mühe, einen Spezialkatalog der Petrolkochapparate von J. Sigrift, Luzern, zu verlangen.

65. Hier ein Rezept von Pfälzer Kartoffelknödel, das Ihnen vielleicht einleuchtet. 10 abgekochte Kartoffeln gerieben, 2 Eier und 2 eingeweichte, von der Rinde befreite, würfelig geschnittene Weggali darunter gemengt. Man würzt mit Salz, gibt Mehl dazu und mengt gut, um Kugeln zu formen. Diese paniert man in der abgeriebenen Rinde und kocht sie 10—15 Minuten in Salzwasser. Man schmelzt mit in Butter braun gerösteten Drosamen ab.

66. Die schwarzen Flecken Ihres Linoleumbodens reiben Sie mit reichlich Terpentin ein und nachdem dieser angetrocknet, nehmen Sie ganz feine Stahlspäne und reiben die Stellen auf. Nach und nach erst werden die Flecken, wenn sie alt sind, verschwinden. Es muß eiliche Male Terpentin Verwendung finden, um den Boden nicht zu sehr zu schädigen mit Aufreiben. G.

67. Haben Sie die Antwort im „Ratgeber“ unter Nr. 58 nicht gelesen? Eigentliches Parfüm ist im Haushalte schwer herzustellen. Alkohol und auch Glycerin sind Substanzen, die die Eigenschaft besitzen, Wohlgerüche auszuziehen. Sie können eine Flasche mit Rosenblättern füllen und dann das eine oder andere daran gießen und einige Wochen daran stehen lassen und dann filtrieren. Einige Tropfen von dieser Flüssigkeit dem Waschwasser beigemischt, gibt etwas Rosenduft, doch ist er nie so fein, wie das von den Parfümeurs bezogene Rosenparfüm. Alice.

68. Ich möchte Ihnen das Installationsgeschäft Unterer Mühlesteig 6, Zürich I, zum Bezug von Wasch- und Badeeinrichtungen empfehlen.

Eine, die dort gut bedient wurde.

68. Wenden Sie sich an die Firma Haupt & Ammann, Zürich. Wir wurden dort sehr gut bedient, als wir unser Haus neu einrichteten. Es besteht ein Musterlager Sihlfhofstraße.

Zürcherin.

69. Seit Jahren verwende ich für den „großen Durst“ meiner Jungmannschaft folgende Getränke: Orangensirup. 6 Orangen werden dünn geschält, die Rinde in einen Topf gelegt, 2 Kilogr. Zucker klein zerschlagen, die Schmelze einer Zitrone und für 50 Cts. Zitronensäure (kristallisierte) dazu getan und mit 2 1/2 Liter Wasser aufgefüllt. Nach 4–6 Tagen ist der Zucker vergangen, der Sirup also fertig. Nachdem er durch Mull oder ein Haarsieb passiert ist, füllt man ihn in Flaschen. Verwendung wie bei Himbeerstrup. — Limonade von Blüten, Waldbmeister, Holunder oder Lindensblüten werden in eine Strohfflasche, 8–10 Liter haltend, getan, 1 1/2 Kilogr. Zucker, verkleinert, dazu gegeben, die Schmelze von 2 Zitronen und die gelbe Rinde von einer in die Flasche getan und 2–4 Tage an einen warmen Ort gestellt. Zieht die Flüssigkeit kleine Blasen, so füllt man die Limonade in feste Flaschen ab und legt sie 8–10 Tage in den Keller. Von dieser Zeit an wird sie moussieren. Die Flaschen müssen sehr gut verbunden werden, wenn man nicht solche mit Patentverschluß hat. — Dann aber koche ich Obst-säfte aller Art, Kirschen-, Stachelbeer-, Johannisbeer-saft, auch Erdbeer- und Johannisbeer (doch sind diese teuer). Nehme nicht so viel Zucker dazu, wie zu Sirup, da der Saft so durstlöschender wird, und fülle ihn in Weckflaschen. Sterilisiert bei 80–90 Grad, behält dieser Saft einen rein-schmeckenden, erfrischenden Geschmack und wird auch in kranken Tagen, bei Fieber etc., sehr gute Dienste leisten. G.

69. Ich kann Ihnen aus Erfahrung die Herstellung einer erfrischenden Limonade empfehlen:

Man zerschneidet 4–5 Zitronen, gießt 1 1/2 Liter Wasser hinzu und fügt 2 Kilo Zucker und für 30 Cts. Zitronensäure bei. Alles zusammen wird 5–10 Minuten gekocht, nach dem Erkalten durchgeseiht und in Flaschen abgefüllt. Beim Gebrauch wird die Flüssigkeit nach Belieben mit Wasser verdünnt. Sie läßt sich längere Zeit aufbewahren.

Abonnettin in W.

70. Ich würde baumwollene Sachen nicht färben lassen. Es lohnt sich nicht, da Baumwollstoffe ja in der Regel keinen hohen Preis haben und man doch beim Waschen riskiert, daß die Farben neuerdings verblasen. Alte Hausfrau.

71. Wenn Sie gesund sind, so machen Sie es allerdings besser ohne Dienstmädchen, das Sie immerhin, auch bei kleinem Lohn, auf wenigstens 600 Fr. (das ist sehr billig berechnet) kommt. Samstag eine Putzfrau und die Woche hindurch eine Stundenfrau, wenn Sie die tägliche Arbeit nicht allein bewältigen können, kommt billiger zu stehen. In sehr vielen Haushaltungen könnte man sich die Ausgaben für ein Dienstmädchen gut ersparen, wenn man mehr wagen würde für praktische Neuerungen, z. B. Anschaffung eines Selbstkochers, verschiedener hauswirtschaftlicher Einrichtungen, mehr Rücksicht des Hausherrn, der gewöhnlich zu bequem ist, die Schuhe bei der Heimkunft zu wechseln etc. Wenn der Frau mehr Arbeit zugemutet wird, darf auch die Mithilfe des Mannes nicht fehlen.

Eine, die auch drei Kinder hat und es seit vielen Jahren „ohne“ macht.

### Fragen.

73. Könnte mir eine werthe Abonnettin ein Rezept geben für Holundermus zum Aufbewahren? Wir haben dieses Jahr einen großen Segen in Holunder und wenig Obstausfichten. Nun möchte ich für den Winter für meine Jungmannschaft dieses Obstmus in größerer Quantität einkochen.

A. B.

74. Die sogenannten Pommes soufflées oder Blaskartoffeln wollen mir nie gelingen, obgleich ich sie genau nach dem Kochbuch mache. Es wundert mich, wo ich fehle und wäre ich für eine genaue Anleitung sehr dankbar.

Junge Hausfrau.

75. Ist es wahr, daß man aus Hopfen gute, eßbare Gerichte bereiten kann? Wir haben eine Hopfenanlage und ich würde gerne davon auch für unsere Küche profitieren, da wir sehr viel Gemüse essen.

L. Sch.

**Für 6.50 Franken**

versenden franko gegen Nachnahme brutto 5 Ko. ff.

**Toilette-Abfall-Seifen**

(ca. 60–70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toiletten-Seifen). **Bergmann & Co.,** Wiedikon-Zürich.