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

Band: 17 (1910)

Heft: 19

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, Schöntalgasse 27, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 19. XVII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 8. Oktober 1910.

Nicht jedem ist ein großer Wirkungskreis beschieden,
Wohl dem, der seine Pflicht erkennt
Und fern vom Tagesstreit in tiefem Frieden
Die Flamme schürt, die auf des Hauses Altar brennt.

Zum Kapitel der Kochkunst.

Unsern Hausfrauen und Praktikantinnen der Kochkunst in Hotels, Pensionen und Privatfamilien werden einige Ratschläge willkommen sein, die sie lehren, wie die sorgfältig zubereiteten Gerichte auch in Bezug auf ihre Geschmacksart und Farbe mit einander in Einklang zu bringen sind.

Escoffier, der bekannte gastronomische Schriftsteller, lehrt:

1. Die Güte einer Speise hängt mehr, als man allgemein glaubt, von ihrem Aussehen ab. Die Farbenzusammenstellung ist mindestens ebenso wichtig, wie die Zusammenstellung der Kochmaterialien.

2. Ein Gericht wirke nicht buntscheckig, aber auch nicht eintönig und langweilig. Die Farben der einzelnen Gerichte müssen in einem schönen, zarten Verhältnisse stehen; bei einem Kompott z. B. hellgelbe Birnen, hellgrüne Stachelbeeren und dunkelgelbe Aprikosen, aber keinerlei rote Beeren oder überhaupt rote Früchte darein.

3. Eine besondere Sorgfalt erfordert die Behandlung der Kartoffel, die jedem als Beigericht zugänglich ist. Ihre Zubereitung ist imstande, das Essen langweilig oder anregend zu gestalten.

4. Drei Arten von Zubereitung der Kartoffeln kommen in Betracht: Geröstete Kartoffeln, gekochte Kartoffeln und Kartoffelpurée. Nur ein Barbar wird zu gebratenem Fleisch Puréekartoffeln geben, die nur bei geschmortem Fleisch dabei sein dürfen, wenn sie nicht den Eindruck der Weichlichkeit hervorrufen sollen. Zu Braten wird man meist schön gekochte Kartoffeln geben, in einigen Ausnahmefällen auch Röstkartoffeln, die aber hauptsächlich nur als Garnierung dienen dürfen.

5. Die Anordnung der Kartoffeln muß ihrem Farbenton und den verwendeten Gemüsen entsprechen. Zu roten Gemüsen, wie Karotten, sind braune Röstkartoffeln unmöglich, dagegen werden sie bei Spinat, Grünkohl &c. eine schöne Farbergänzung bilden. Die Perser seien hier bei uns maßgebend, die das größte Gewicht auf Schönheit des Essens legen.

6. die Zusammensetzung der Speisen und der Zukost ist von Bedeutung.

7. Man achte darauf, zu welchen Gerichten man Kompott und welches Kompott man zu geben habe, ob saures oder süßes.

8. Die saure Gurke, so unscheinbar sie ist, kann bei richtiger Anordnung einen festlichen Eindruck hervorrufen. Zart in Scheiben geschnitten, wird sie bei manchen Fleischarten von großer Delikatesse sein. Man achte darauf, daß sie nur zu fetten Fleischen serviert werden darf. Bei Wild ist sie z. B. ausgeschlossen.

9. Nicht nur die Farben der verschiedenen Gerichte müssen einander ergänzen, sondern auch die Geschmacksart. Dies bezieht sich auf sämtliche Fleischspeisen und Früchte, selbstverständlich auch auf Gemüse.

10. Besondere Fleischarten mit starkem eigenem Geschmack, z. B. Wild, müssen Zutaten milden Aromas erhalten.

11. Der Fisch muß, da er kein selbstständiges Gericht ist, im Geschmackszusammenhang stehen mit der Fleischart, d. h. Fisch mit Weinsauce dürfen nicht in Verbindung sein mit einem darauffolgenden sauer zubereiteten Braten. Ein hervorragendes Gewicht ist darum

12. auf die Suppe zu legen, die den Eingang des Essens bildet und den Magen gleichsam kulinarisch auf das folgende vorbereitet. Sie darf keine Überraschung bedeuten, sondern muß von sanfter, vermittelnder Art sein.

Wenn diese Gebote beachtet werden, und nicht nur die Geschmacksarten der verschiedenen Gerichte in Abhängigkeit und Harmonie gebracht werden, sondern auch auf den Zusammenhang der Farbtöne geachtet wird, dann läßt sich selbst bei einfacher und schlichter Küche ein Mittagsmahl herrichten, das in jeder Beziehung einem vermöhnten Gaumen Genugtuung bereiten wird.

Sei deiner Welt, so viel du kannst ein Engel,
So wird sie dir, trotz dem Gefühl der Mängel,
So viel sie kann, dafür ein Himmel sein.

Gesunde Füsse.

Die Fußpflege ist ein Spezialgebiet der Hygiene, das leider vielfach vernachlässigt wird. Störungen aller Art sind eine natürliche Folge davon.

Hauptsächlich die spitzen Schuhe sind es, welche unsere Füße oft krank machen. Wenn wir letztere betrachten, so finden wir, daß sie oben keineswegs, wie das bei unseren Schuhen der Fall ist, ein symmetrisches Dreieck bilden, bei dem die Spitze in der Mitte liegt, sondern daß sie vielmehr strahlenartig gebaut sind, derart, daß zwar die große Zehe eine gerade Stellung einnimmt, die kleinen Zehen aber, nach außen hin sich ständig verkleinernd, seitwärts sich breit abzweigen. Daraus geht hervor, daß dem Fuß Gewalt angetan wird, wenn man ihn mit einer steifen und unnachgiebigen Hülle umspannt, die oben dreieckig ist. Die letztere wirkt noch verhängnisvoller durch einen weiteren Umstand, demzufolge bei unserem Fuß nur der Ballen, die Ferse und die Zehenspitzen dem Boden aufliegen und das Gewicht unseres Körpers tragen, während die Sohle gewölbt ist und der Spann den Übergang aus der vertikalen in die horizontale Linie vermittelt. Da nun auch dieser Eigenart unseres Fußes bei der modernen Fußbekleidung nicht genügend Rechnung getragen ist, so vereinigen sich beide hier genannten Mängel, um einen Zwangsstiefel zu schaffen, der die große Zehe nötigt, die kleineren von sich abzudrängen, und diese wiederum veranlaßt, sich zu krümmen und übereinander zu legen. Natürlich führt das zur Schwielenbildung zwischen den Zehen, weil die Haut sich abschärft und Schweiß und Hautabsonderungen sich ansammeln. Andererseits drücken auch die Nägel der kleineren Zehen gegen die großen an deren Weichteilen, was eingewachsene Nägel zur Folge hat. Abhilfe dieser Leiden schaffen einzig und allein Schuhe mit breiten Spitzen und Sohlen, deren Wölbung sich dem anatomischen Bau des Fußes anpaßt. In den meisten Fällen aber werden schon die breiten

Spitzen genügen, um die Schäden zu heilen.

Sehr schädlich sind ferner zu kurze Schuhe. Um nicht beständig an die Stiefelspitze anzustoßen, krümmen sich die Zehen, so daß sie zu förmlichen Kugeln werden, die an einzelnen Stellen sich unausgesetzt an dem harten Oberleder reiben und gleichzeitig von dem von unten wirkenden Sohlendruck belästigt werden. Das Resultat sind dann Hühneraugen. Auch der Ballen, jene Hervorwölbung, an der Stelle, an der Mittelfuß und große Zehe zusammentreffen und die in einer Hervortreibung des Gelenks beruht, wird erfahrungsgemäß durch zu kurze Schuhe erzeugt. Allzu spitze Schuhe wirken jedoch genau wie die kurzen. Die Absätze dürfen nicht übertrieben hoch sein, auch ist die schmale, stöckelartige Form zu vermeiden, ein mäßiger und ausreichend breiter Absatz dagegen wird niemandem Schaden bringen, wenn der Schuh nur weit und lang genug ist. Bei Plattfüßen sind die Absätze ein unentbehrliches Korrektiv der einschlägigen Fußmängel.

Wenn auch passendes Schuhzeug dringend erforderlich ist, um sich dauernd gesunder Füße zu erfreuen, so dürfen wir dessen ungeachtet nicht versäumen, die vorhandenen Fußschäden durch andere geeignete Mittel zu beseitigen. Will man Hühneraugen ausschneiden, so pflegt man in der Regel zuvor ein warmes Fußbad zu nehmen, um die harte Hornhaut zu erweichen. Als noch vorteilhafter erweist sich indessen ein tägliches Betupfen vermittels einer Mischung aus 1 Teil Salizylsäure, 1 Teil Milchsäure und 10 Teilen Kollodium. Nach einigen Tagen läßt sich das Hühnerauge dann leicht herausheben. Sollte dies indessen Schwierigkeiten bereiten, so fahre man in der Behandlung fort und bade darauf die Füße. Auch sogenannte Hühneraugenringe tun oft gute Dienste, indem sie die Hühneraugen vor Druck schützen.

Die nämlichen Mittel wendet man bei Schwielenbildung und Ballen an. Bei den letztern sind ferner Umschläge mit kalksaurem Natron oder Pinselungen mit Jod, dem man etwas Glyzerin zusetzt, zu empfehlen. Befinden sich Schwielen oder Hühneraugen zwischen den Zehen, so legt man ein klein wenig Watte auf, um den Druck zu mindern; dies ist auch nach der Entfernung der harten Schichten noch einige Zeit zu beachten, da sie sich sonst gern von neuem bilden.

Hinsichtlich der Heilung eingewachsener Nägel bemerke ich, daß es selten ratsam ist, den eingewachsenen Teil mit der Schere auszuschneiden; er gräbt sich dann beim Nachwachsen meist noch tiefer ein. Eine viel radikalere Besserung wird bewirkt, wenn man den eingewachsenen Nagelteil vorsichtig emporhebt, Salizylwatte dazwischen klemmt und sie mit Heftpflaster anklebt. Wiederholt man dies Verfahren längere Zeit hindurch jeden zweiten bis dritten Tag, so gewinnt der Nagel allmählich eine normale Stellung.

Ein verbreitetes und unangenehmes Leiden sind Schweißfüße. Allgemein bekannt ist es, daß der Fußschweiß nicht durch kalte Bäder und Waschungen vertrieben werden darf, dagegen erweist sich die Behandlung mit Hebrascher Salbe als wirksam. Fließpapier, das in die Schuhe zu legen ist, leistet gute Dienste; außerdem sind die Strümpfe möglichst oft zu wechseln.

Bei Frostschäden sind Pinselungen mit Kollodium, dem Glyzerin beigemischt ist, im allgemeinen am dienlichsten.

Hat man sich bei Märschen oder durch schlecht sitzendes Schuhzeug Fußwunden zugezogen, so wäscht man diese mit einer antiseptischen Flüssigkeit aus, legt Verbandwatte auf und betupft dieselbe mit Kollodium Elastikum. Es bildet sich auf diese Weise ein luftdichter Verschluß, der nach der Heilung von selbst abfällt.

Um die Füße nach anstrengenden Wanderungen zu erfrischen und zu kräftigen, dienen Waschungen mit reinem Alkohol.

Bei allen noch so leichten Fußoperationen, wie Ausschneiden von Hühneraugen und Schwielen, kann man gar nicht vorsichtig genug sein, da Verletzungen, die man sich

auf diese Weise zuzieht, sehr schwer heilen und leicht Anlaß zu Blutvergiftung geben können. Eine solche Wunde darf nicht vernachlässigt werden, vielmehr soll man sie peinlich desinfizieren und schonen. Das gilt auch bei eingerissenen Nägeln. Am besten läßt man Operationen durch den Arzt oder Spezialisten für Fußpflege ausführen.

Aufbewahrung von Weintrauben.

(Nachdruck verboten.)

Wie man Tafeltrauben bis in den Winter hinein frisch erhält, berichtet ein auch in heutiger Zeit noch lehrreiches, von Praktikern geschriebenes Gartenbuch aus der Zeit, da das Kilo Weintrauben noch für zehn Kreuzer — das sind nach unserer Rechnung etwa 35 Rappen — zu haben war. Wer durch Vermittlung von Freunden oder Verwandten oder gar aus dem eigenen Garten einen Vorrat an Trauben erhält, und nach dem Worte „spare in der Zeit, dann hast du in der Not" für die obstarme Zeit des Winters, vielleicht für Kranke oder Leidende die saftigen Trauben aufheben möchte, dem mögen die folgenden Zeilen einige Winke geben.

Zunächst wird als geeignetes Gefäß für Konservierung der Trauben, das vorzugsweise auf dem Lande zur Verwendung kommen wird, der ausgehöhlte Kürbis genannt. Von dieser reifen Frucht schneidet man oben so viel ab, daß man sie aushöhlen kann. Man legt die Trauben, die von angestochenen, angefaulten oder sonst beschädigten Beeren befreit wurden, behutsam hinein, verschließt den Kürbis mit dem abgeschnittenen Stück und verwahrt ihn, mit einer Schnur kreuzweise umbunden, an einem kühlen, frostfreien, trockenen Orte. Der festen Rinde wegen eignen sich Feldkürbisse hiezu am besten.

Sehr gut dient auch ein großer irdener, gut glasierter Topf, auf dessen Boden eine dicke Schicht Hirse kommt. Hierauf legt man die trockenen, von allen schadhaften Beeren befreiten Trauben so, daß sie sich nicht berühren, streut wieder Hirse darüber, bis sie gut bedeckt sind, und mit der neuaufgelegten Schicht Trauben nicht in Berührung kommen. Ist der Topf voll, kommt wieder Hirse obenauf. Der gutschließende Deckel wird in der Fuge luftdicht verklebt. Heute hat man diverse Arten von Lacken, Paraffin oder ähnliche Mittel zu luftdichtem Verschlusse. In früherer Zeit half man sich mit Glaserkitt.

Etwas komplizierter, aber für große Traubenmengen geeigneter, ist die Anlage von Gestellen an der Wand eines kühlen frostfreien Zimmers. Auf dessen Gestellen stehen kleine Fläschchen, deren Hals durch ein darüber laufendes Brett mit passenden Löchern etwas schief nach hinten gehalten werden, so daß die Trauben, die man bei trockenem Wetter mit einem ungefähr vier Centimeter langen Holz abgeschnitten hat, mit dem Rebstücke in dem Fläschchen stecken, und auf dem Brette ruhen können. In dem Fläschchen befindet sich Wasser mit etwas pulverisierter Kohle. Das Zimmer wird dunkel gehalten. Reine Luft und manchmal etwas Durchzug ist notwendig.

Sehr gebräuchlich ist auf dem Lande heute noch folgende Methode: Man schließt die Schnittfläche des an dem Trauben sich befindenden Rebstückes mit heißem Siegellack, bindet die Trauben rings an einen eisernen oder hölzernen Reifen, und hängt diesen auf. Es kommt immer darauf an, daß die Trauben von schlechten Beeren befreit, bei trockenem Wetter geschnitten und so verwahrt werden, daß sie sich gegenseitig nicht berühren oder gar drücken. Der günstigste Ort ist meist das Souterrain. Ist die Luft zu trocken, schrumpfen die Beeren nach und nach ein; ist sie zu feucht, so faulen sie. Bei einiger Erfahrung und Sorgfalt, und vorausgesetzt, daß man über einen geeigneten Raum verfügt, wird man für die aufgewandte Mühe durch Erfolg belohnt. Ich stehe sicher nicht allein mit der Erfahrung, daß man bis Weihnachten und noch länger frische Trauben auf den Tisch bringen kann, wenn man die Mühe des rationellen Aufbewahrens nicht scheut. M.

Haushalt.

Risse in schwarzer Taffetseide, Foulard oder dergleichen Stoffe, die sich nicht unsichtbar stopfen lassen, klebt man auf der linken Seite mit einem Stückchen schwarzen englischen Pflasters zu, das so lang sein muß, wie der Riß ist. Man muß darauf achten, daß die Bruchstücke auf der rechten Seite ganz glatt neben einander liegen.

Wie man Fensterleder reinigt. Ein einfaches, im allgemeinen noch wenig bekanntes Reinigungsmittel ist Salz. Man taucht das Leder in kaltes Wasser, nimmt darauf einen Löffel trockenes Salz und reibt es an allen Stellen auf beiden Seiten damit durch. Dann spült man es in neuem Wasser mehrere Male aus, legt ein grobes, reines Handtuch auf einen Tisch, das Leder gut ausgezogen darauf, deckt ein anderes reines Handtuch darüber und läßt das Leder so trocknen. Es wird sauber und weich sein. Ein so behandeltes Leder hält viel besser und länger, als wenn es nur einfach ausgewaschen wird.

Um sehr schmutzige Teppiche zu reinigen, nimmt man einen Eimer kaltes Wasser und einen halben Eimer gemischt mit einem Glas Salmiak und ebensoviel Spiritus. Nachdem man den Teppich ausgeklopft und glatt auf den Boden gelegt hat, taucht man einen neuen feinen Putzlappen (Aufnehmer) in die Mischung, ringt denselben leicht aus und beginnt einen kleinen Teil des Teppichs damit kräftig zu reiben. Glaubt man, die Stelle sei rein, so reibe man sie mit klarem Wasser sogleich nach. Zuletzt wird der Teppich zum Trocknen glatt aufgehängt. Das Wasser muß sehr oft gewechselt werden, und, wenn der Teppich groß ist, auch einmal die Mischung.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Grüne Krautsuppe, †Leberschnitten *Peperone, †Nußflammeri.

Dienstag: Erbssuppe, Schweinsbraten, †Kartoffeln nach Bündner Art, *Wirsing.

Mittwoch: *Weiße Kartoffelsuppe, Beefsteaks, Spinat mit Spiegeleiern, *Dattelpudding.

Donnerstag: Gerstensuppe, †Römische Pastetchen, Hammelbraten, Gedünsteter Reis, †Weingelee.

Freitag: Brotsuppe, *Hasenpfeffer, *Mannheimer Knödel, †Mischgemüse mit Sauce.

Samstag: †Einlaufsuppe, Rindsbraten mit Kohlrabi, †Apfelküchlein.

Sonntag: Weiße Mehlsuppe, *Gespickter Zander, †Gefülltes Rebhuhn, Kohlgemüse, Sautierte Kartoffeln, *Wienertorte.

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

Kochrezepte.

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

Weisse Kartoffelsuppe. Zeit 1½–2 Stunden. Selbstkocher 15 Minuten Vorkochzeit. 4 Kartoffeln (250 Gr.), 1 Gelbrübe, 1 Sellerieknolle, Lauch und Suppengrün, Speck oder Wurst, 30 Gr. Fett, Salz, 1 Liter Wasser, Rahm. — Die feingeschnittenen Zutaten ohne die Kartoffeln werden in dem heißen Fett etwas gedünstet, mit dem lauwarm gemachten Wasser abgelöscht, die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln dazu gegeben, ebenso Speck oder Wurst und langsam weich gekocht. Nach Belieben über Rahm passieren oder ¼ Stunde vor dem Anrichten 1 Theelöffel mit Milch angerührtes Mehl beigeben.

Hasenpfeffer. Zeit 2 Stunden. 1 Hase, 150 Gr. Speck, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Petersilienbüschel, ½ Lorbeerblatt, 1 Zweiglein Thymian, 2 Pfefferkörner, 2 Gewürznelken, 2 Kochlöffel Mehl, 1 Liter Most oder ½ Liter Rotwein, ½ Liter Wasser. — Der Hase wird zerlegt, jedoch nicht mariniert, der Speck würflig geschnitten, ausgebraten und mit dem Schaumlöffel herausgehoben. In dem Fett röstet man das Fleisch auf raschem Feuer unter Wenden braun, legt es in eine andere Kasserolle und röstet in dem Fond das Mehl braun, löscht mit der Hälfte der Flüssigkeit ab, fügt die Gewürze bei und gießt die Sauce über das Fleisch. Nach einer Stunde, wenn das Fleisch beinahe gar ist, nimmt man es heraus, seiht die Sauce durch, gibt das aufgehobene Blut und die Speckwürfelchen hinein und kocht langsam, ohne Wallen, fertig. Wer den Hasenpfeffer sauer liebt, kann 1—2 Dezil. Essig statt Wasser beifügen.

Aus „Gritli in der Küche."

Hecht au gratin. Für 3 Personen. 1 Hecht, 1 Eßlöffel Salz, 2 Eßlöffel Butter, 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Mehl, ½ Tasse Rahm, 1 Eßlöffel Parmesan, 1 Eßlöffel Brösmeli. — Man schneidet das Fleisch des gereinigten Hechts dem Rückgrat entlang durch und entfernt das Fleisch von den Gräten, so daß man zwei schöne Filets erhält und salzt diese gut ein. In einer Bratpfanne läßt man ziemlich Butter zergehen, streut feingeschnittene Zwiebeln hinein, legt die Fischstücke darauf, bestäubt sie mit Mehl, gießt den Rahm darüber, streut Parmesan und Brösmeli darauf und backt dies im Ofen schön gelb. Der Fisch wird, wenn möglich, in der Pfanne (Gratinpfanne) serviert. Zubereitungszeit: 1¼ Stunde.

„Großes Schweiz. Kochbuch".

Peperone (Spanischer Pfeffer). 1 Kg. Peperone, 2 Dezil. Wasser, 100 Gr. Fett, ½ Zwiebel, 50 Gr. Mehl, Salz. — Die Früchte werden gewaschen, geöffnet, von den Kernchen befreit und fein geschnitten. Im heißen Fett dämpft man die geschnittenen Zwiebeln, rührt das Mehl dazu, die Peperoneschnitzchen mit Wasser und Salz ebenfalls und kocht sie ½ Stunde. Man kann auch

den Saft einer Zitrone dazu geben. Peperone fein geschnitten, in Oel 5 Minuten gedämpft, können auch zu Salat verwendet werden.

Wirsing. 1½ Kg. Wirsing, 3 Dezil. Wasser, Salz, 50 Gr. Mehl, 100 Gr. Fett, Zwiebel. — Der saubere, nur wenig geschnittene Wirsing wird mit Wasser und Salz ½ Stunde gekocht. Die fein geschnittene Zwiebel wird mit dem Mehl im heißen Fett geröstet, über den Wirsing gegeben, welcher noch ¾ Stunden auf schwachem Feuer gedünstet wird. Auch Weißkohl kann auf diese Art gekocht werden, braucht aber ¼ Stunde länger.

„Reformkochbuch".

Mannheimer Knödel. Man mengt 500 Gr. kalte geriebene Kartoffeln mit 50 Gr. schaumig gerührter Butter, 3 Eiern, feingewiegter Petersilie und Zwiebel nebst Salz und wenig Pfeffer gut untereinander, gibt die Knödel in Salzwasser und läßt sie 15 Minuten kochen. Sie werden nußgroß eingelegt. Wenn sie gar sind, werden sie mit gerösteten Brosamen abgeschmälzt.

Dattelpudding (sehr fein). Man vermischt 250 Gr. ausgesteinte halbierte Datteln mit 125 Gr. Brotkrumen. Verrührt ½ Liter Wasser mit 50 Gr. Haselnußbutter und 125 Gr. Mehl, vermischt dies mit dem ersten und füge nach Bedarf Wasser hinzu. Zuletzt zieht man den Schnee von 2 Eiweiß (oder 1 Teelöffel Backpulver) leicht darunter. Man kocht in verschlossener Puddingform, die gut gefettet und ausgestreut war, 2½—3 Stunden und stürzt den Pudding. Eine süße Zitronen- oder Chaudeausauce wird darangegossen.

Haselnussbutter. Man zerreibt frische enthäutete Nüsse und stößt sie mit einer Reibekeule zu ganz feiner Masse. (Sind die Nüsse nicht fett genug, so fügt man ein wenig Olivenöl bei.) Nachdem man einige Körnchen Salz zu der Masse getan, gibt man sie in eine fest geschlossene irdene Pastetenform oder ein Schraubeglas und kocht sie im Wasserbade etwa 1 Stunde. Die Ersparnis gegenüber der gekauften Haselnußbutter ist ziemlich bedeutend.

Brandenberg, „Die harnsäurefreie Kost"

Wienertorte. 375 Gr. Mandeln, 12 Eier, 1 Zitrone, 250 Gr. Butter, 375 Gr. Zucker, 125 Gr. Mehl. — Die Butter wird schaumig gerührt, der Zucker, 4 ganze Eier und 8 Eigelb tüchtig mitgerührt, Zitronensaft und Schale, das Mehl, die geschälten geriebenen Mandeln und zuletzt der Eischnee darunter gemischt, in eine gut bestrichene Form gefüllt und bei guter Hitze gebacken.

„Großes Schweiz. Kochbuch".

Eingemachte Früchte.

Trauben-Marmelade. Man koche 1 Kilo Traubenbeeren mit 2 Dezil. Wasser, rühre sie dann durch ein feines Sieb und koche das Durchgetriebene mit ½ Kilo feinem Zucker zu Marmelade.

Apfel-Gelee. Man verwendet dazu vorzugsweise ungeschälte Reinetten in nicht ganz reifem Zustand; das Kern aus wird nicht entfernt. In der Messingpfanne läßt man sie mit soviel Wasser, daß sie davon bedeckt sind, und dem Saft von 2 Zitronen beinahe weich kochen und schüttet sie auf ein ausgespanntes Tuch. Den durchgelaufenen Saft läßt man einige Zeit stehen, gießt ihn klar vom Bodensatz in die Pfanne, gibt feinen Zucker hinein (auf 500 Gr. Saft 375 Gr. Zucker) und läßt den Saft unter fleißigem Ausschäumen so schnell wie möglich einkochen, bis er breit und gallertartig vom hineingetauchten Löffel fällt. Dann füllt man das Gelee heiß in Gläser. Wer es recht weiß erhalten will, muß die Aepfel schälen, vom Kernhaus befreien und den Saft durch einen Filzbeutel filtrieren.

Ungekochte Quitten-Gelee. Man wischt schöne Quitten recht sauber mit einem Tuche ab, reibt sie auf einem Reibeisen und gibt sie auf ein ausgespanntes Tuch, läßt den Saft ablaufen und bis zum anderen Tage stehen. Dann vermischt man ihn mit soviel feinem Zucker, wie er schwer ist, und schlägt ihn mit einem kleinen Besen drei Viertelstunden ununterbrochen nach einer Seite hinkganz ruhig, so daß er keine Blasen wirft. Dann füllt man das Gelee in Gläser und bindet es nach einigen Tagen, wenn es steif wird, zu. Alle Sorten von Gelees können so bereitet werden und sind vorzüglich, wenn man es mit dem Schlagen recht trifft. Es empfiehlt sich, die Früchte mit den Händen möglichst wenig zu berühren.

Zwetschgen in Essig. 1 Kilo große Zwetschgen, 500 Gr. Zucker, 6 Dezil. Essig, oder halb Wein, halb Essig oder auch nur Wein, ½ Stengel Zimmet, 6 Nelken. — Die abgeriebenen Zwetschgen werden mit einer spitzen Beinnadel oder einem neuen Holzstäbchen (Zahnstocher) gestüpfelt, inzwischen der Zucker in dem Essig aufgekocht und die Gewürze ebenfalls hineingegeben. Ist dieser Sirup erkaltet, gießt man ihn an die Zwetschgen und läßt sie einen Tag stehen. Dann wird der Saft allein wieder aufgekocht und diesmal noch etwas warm, jedoch nicht heiß an die Zwetschgen gegossen. Am dritten Tage setzt man die Zwetschgen mit dem Safte zu und kocht sie langsam bis die Haut an einzelnen Stellen zu reißen beginnt, hebt dann die Zwetschgen sofort heraus und kocht den Saft noch etwas ein. Beim Anrichten entfernt man die Gewürze.

Traubenbeeren und saure Kirschen werden ebenso zubereitet. Aus „Gritli in der Küche."

Gesundheitspflege.

Die **Nieren** sind bohnenförmige Gebilde, welche an der Rückwand der Bauchhöhle unmittelbar unter dem Zwerchfell liegen und in fettreiches Zellgewebe eingebettet sind. Sie bestehen aus unzähligen Hohlräumen, in denen sich je eine kleine Schlagader in feinste Hargefäße auflöst, durch deren Wände die Umwandlungsprodukte der Eiweißstoffe hindurchsickern in die Hohlräume. Das gereinigte Blut vollendet nun seinen Kreislauf, und die Harn-

flüssigkeit wird, nachdem sie sich in einem größeren Raume der Nieren, dem sogen. Nierenbecken, gesammelt hat, nach der Harnblase geleitet, von wo aus die regelmäßigen Entleerungen stattfinden. Sobald die Nieren ihre Tätigkeit einstellen, steht das Leben des Menschen auf dem Spiele. Harnvergiftung des Blutes führt rasch zum Tode. Eine außerordentlich schmerzhafte Krankheit, die Gicht, wird hervorgerufen, wenn sich Harnsalze, die durch die Nieren ausgeschieden werden müßten, in den Gelenkknorpeln ablagern. Um die Nieren gesund zu erhalten, vermeide man übergroße Eiweißaufnahme durch zu reichlichen Fleischgenuß! Der Körper erzeugt sonst mehr Harnstoff, als die Nieren bewältigen können. Man sorge durch genügend Wasserzufuhr für Dünnflüssigkeit des Blutes! Ferner trage man nicht Kleidungsstücke, welche den Körper in der Nierengegend einschnüren! Da die Nieren nur lose zwischen dem Nierenfett aufgehängt sind, können sie durch unzweckmäßige Kleidungsstücke abgeschnürt werden. Sie senken sich dann in den untern Teil der Bauchhöhle und heißen Wandernieren. Als solche belästigen sie häufig den Blinddarm, der sich infolgedessen entzündet.

Krankenpflege.

Einpackungen oder Wickel. Eine beliebte Art des Hautreizes besteht in der Anwendung von Wickeln und zwar unterscheiden wir ganze oder teilweise Wickel.

Ganze Wickel nennen wir die, welche vom Hals abwärts bis an die Füße reichen und derart angelegt werden, daß man im Krankenbett zuerst ein wollenes Tuch ausbreitet, auf diesen ein entfaltetes, in kaltem oder warmem Wasser ausgerungenes Leintuch legt. Nun legt man den Kranken auf das nasse Tuch und schlägt beide Tücher über ihm fest zusammen.

In derselben Weise verfährt man, wenn man nur teilweise Wickel macht, indem man den Umschlag an Hals, Brust, Unterleib oder den Gliedern anwendet.

Meist sollen die Wickel dazu dienen, an der eingewickelten Körperstelle eine stärkere Schweißabsonderung hervorzurufen und man wird diesen Zweck bei Einwickelung von kleineren Körperteilen, wie Hals, Knie, Hand und dergleichen noch rascher und sicherer erreichen, wenn man zwischen das nasse und wollene Tuch noch einen wasserdichten Stoff einfügt (Guttapercha, Billroth-Batist). Wasserwärme und Dauer des Umschlags wird in den einzelnen Fällen vom Arzte verordnet werden.

Gartenbau und Blumenzucht.

Krankheitserscheinungen an Zimmerpflanzen. Im Herbste pflegt man seine Zimmerpflanzen einzutopfen oder von den Gartenblumenbänken in die Wohnräume zu holen. Nun kommt es nicht selten vor, daß die Blätter im Zimmer eine gelbliche Färbung annehmen und die Triebe sich nicht recht weiterbilden wollen. Erhält dann die ganze Pflanze ein mattes und schlaffes Aussehen, so ist eine Störung in der Lebenstätigkeit eingetreten, die als Krankheit bezeichnet wird und, wenn nicht rechtzeitig Abhilfe geschieht, stets zum Absterben führt. Zeigt sich eine auffällige gelbliche oder gar weiße Färbung an den jüngsten Blattrieben, so ist der Zustand der Wurzeln zu untersuchen, indem man den Topf abhebt. Sind diese gesund und füllen sie den Ballen vollständig aus, so liegt der Fehler entweder in dem Mangel an Nahrung: man muß frische Erde geben, verpflanzen oder durch flüssige Düngung zu Hilfe kommen. Schuld ist vielleicht auch der ungenügende Standort, indem die Pflanze, die des Halbschattens bedarf, dem hellen Sonnenlicht ausgesetzt ist, oder, wenn sie der Sonne bedarf, zu schattig steht. Man gibt ihr den zusagenden Standort, worauf dem Uebelstande bald abgeholfen wird.

Viele Pflanzen wollen in bestimmten Erdarten stehen, z. B. Azaleen, Rhododendren, Kamelien, Erikeen in Heideerde. Gibt man ihnen eine andere Mischung, so kränkeln sie meist und gehen schließlich ein. Schleuniges Umpflanzen unter Entfernung der alten Erde und Verwendung der geeigneten ist das einzige Mittel, solche Pflanzen wieder in einen gesunden Zustand zu bringen.

Häufig tritt zu der ungeeigneten Erdmischung auch der Mangel eines guten Wasserabzuges durch das Loch des Blumentopfes. Dann wird, wie der Gärtner sagt, die Erde sauer, die Wurzeln werden krank und sterben teilweise ab. In diesem Falle ist eine Heilung nur möglich, wenn man den Erdballen vollständig ausschüttelt, alle kranken Wurzelteile wegschneidet, die gesunden Wurzeln mit einem Stäbchen auflockert und die Pflanze dann in die geeignete, frische, recht mit Sand versetzte Erde in Töpfe, die der Größe des Ballens entsprechen, versetzt. Die Töpfe müssen rein sein und einen guten Wasserabzug haben. Anfangs gießt man sehr vorsichtig, bis sich frische Wurzeln gebildet haben. Man gibt der Pflanze, auch wenn sie Sonne verlangt, zunächst noch einen beschatteten Standort.

Frage-Ecke.

Antworten.

65. Zum Rezept **Pfälzer-Kartoffel-Klösse** ist nachträglich noch zu bemerken, daß die Kartoffeln durch das Wässern schön weiß werden müssen und durch ein Tuch zu pressen sind. Vor dem Einlegen werden in Butter geröstete Brotwürfel beigegeben. Frau Hanne.

81. Große, aber noch zarte **Bohnen** werden gewaschen. In eine Holzstande legt man zu unterst Reben- oder Kohlblätter (die Blätter haben keinen Einfluß auf die Haltbarkeit). Nun kommt eine Lage Bohnen, dann eine Hand voll Salz (auf

1 Kg. Bohnen 50 Gr. Salz). Zuoberst legt man wieder Blätter, gießt einige Liter gekochtes kaltes Wasser darüber, deckt die Bohnen mit einem Brett zu und beschwert sie mit einem Stein. Nach einigen Wochen nimmt man die Blätter weg, reinigt oben den Rand der Stande, sowie den Deckel und Stein, gießt, wenn nötig, noch leicht gesalzenes Wasser zu, legt ein Tüchlein auf die Bohnen und beschwert sie wieder. Beim Gebrauch werden die Bohnen gewaschen und mit kochendem Wasser aufs Feuer gestellt. Nach dem Weichkochen übergießt man sie mit frischem Wasser und läßt sie einige Stunden stehen. Abonnentin.

82. Ihren Mißerfolg beim **Gemüsesterilisieren** schreibe ich dem schlechtschließenden Kochtopf zu. Vermutlich geht zuviel Hitze verloren. Der Dampf kühlt sich in dem aufgestülpten Topf ab und fällt als Tropfen auf die Gläser zurück. Aus diesem Grunde soll man auch bei den gewöhnlichen Sterilisiertöpfen 5 Minuten nach dem Abheben vom Herd den Deckel wegnehmen. Man kann sich dann auch erklären, warum Ihre sterilisierten Früchte halten. Diese brauchen eben nur einen Hitzgrad von 80—90° C. Fragen sie noch, wie Ihnen schon geraten worden ist, bei Herrn Ernst selbst an. Die Gläser sind gut, also muß der Fehler am Kochtopf sein. Verfahren sie nach Anweisung und die Sache muß gelingen. Den Rat möchte ich Ihnen noch geben, Erbsen und große Gläser Bohnen immer nach 3—4 Tagen nochmals zu sterilisieren. A. C.

83. **Früchte** aller Art halten in Flaschen ebenso gut wie in Gläsern. Beziehen Sie das Büchlein: „Wie bereitet man alkoholfreie Säfte", von Lehrer Leuthold in Wädenswil, das Sie zu 50 Rp. erhalten. Darin finden Sie auch praktische Anleitung für das Einmachen der Früchte in Flaschen. A. G.

87. Unsere Zimmer bringe ich immer mit gewöhnlichem Seifenwasser hell Auch ich empfehle Ihnen die **Natronlauge.** Vielleicht sind Ihre Zimmer nicht mit guter Oelfarbe gestrichen. A. C.

88. Kaufen Sie eine **Zentrifugal-Wringmaschine.** Diese schont die Wäsche und wringt viel besser als die Walzenmaschinen. Als **Waschmaschine** empfehle ich Ihnen eine mit schwimmendem Waschbrett, System Flury-Roth, Birmensdorferstraße, Zürich III. Ich habe schon mit verschiedenen Systemen gewaschen, aber obige war immer Siegerin. Seifenpulver und Seifenspäne finde ich viel weniger vorteilhaft als Seife. Ich finde immer, der Verbrauch sei größer und vermutlich wird dazu Abfallseife verwendet.

Hausfrau.

92 Als Bezugsquelle von **Himbeer- und Johannisbeersirup** kann ich Ihnen Frau Lardelli-Pozzi, Poschiavo Graubünden, die sehr guten Sirup macht, aufs beste empfehlen. M. M.

93. Lesen Sie die Antwort auf Frage 83.

Die Redaktion.

94 Machen Sie aus der schadhaft gewordenen **Seidenbluse** einen Theaterridicule. Wenn der Stoff zusammengesetzt werden muß, so können die einzelnen Teile mit Entredeux verbunden werden. Auch zu Taschentuchbehältern, vielleicht auch zu einem Kissen auf den Toilettetisch, läßt sich die Seide verarbeiten. Emmy.

95. Wir verweisen Sie auf Antwort 88 in vorliegender Nummer. Die Redaktion.

96. Es ergeht Ihnen mit Ihrer **Flaumdecke** wie so vielen andern. Setzen sie dieselbe einige Zeit auf einer feuchten Laube der feuchten Nachtluft aus, des Tags lassen sie sie aber wieder an der Sonne oder auf einem warmen (nicht heißen) Ofen trocknen. Wenn dies nicht genügt, so senden Sie mir die Decke zum dämpfen, nachher wird sich der üble Geruch bald verlieren. (Adresse durch die Redaktion.) Der üble Geruch rührt jedenfalls daher, daß die Tiere zur unrichtigen Zeit gerupft wurden. E. R.

96. Ich hatte vor einigen Jahren ganz den gleichen Fall durchzumachen mit einer neuen **Flaumdecke.** Der Fehler bestand nur darin, daß der Flaum nicht genügend gedörrt war. Die Decke wurde in ein großes Ofenrohr gesteckt und recht getrocknet, da verlor sich der schlechte Geruch gänzlich, sodaß bis jetzt gar nichts mehr davon zu spüren war. Probieren Sie dieses Mittel auch, auf einem Kachelofen kann man die Füllung gut ausdörren. Guten Erfolg wünscht

Eine Abonnentin.

96. Der Flaum Ihrer **Bettdecke** war jedenfalls nicht genügend gereinigt; daher kommt der widerliche Geruch. Sie tun am besten, solche der Firma wieder zurückzugeben oder wenn Sie dieses nicht wollen, so wenden sie sich an eine Bettfedernreinigungsanstalt. Wir haben kürzlich unsern ganzen Bettenbestand zur Reinigung und Auffrischung Frau Meier-Rösli, Kramerstraße 17, Zürich III, übergeben und waren in jeder Beziehung außerordentlich zufrieden mit ihrer Bedienung.

Zürcherin.

Fragen.

97. Könnte mir eine Leserin ein gutes, genaues Rezept mitteilen, wie man fränkische **Schwemmklösse** (Grießklöße) herstellt? Besten Dank im voraus. B.

98. Mit herzlichem Dank würden entgegengenommen Rezepte für schmackhafte Herstellung durchgebratener a) **Beefsteaks,** b) **Roastbeefs,** c) **Hammelsteaks.** B.

99. Wo kann man das **Eisen** für römische Pastetchen beziehen? A. D.

100. Kann mir eine Mitabonnentin ein Rezept von **Mehl-Gnockis** geben? A. D.

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