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

Band: 17 (1910)

Heft: 21

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: 21.08.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion:
E. Coradi-Stahl
Zürich
unter Mitwirkung
tüchtiger
Mitarbeiter.

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

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

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2. —, halbjährlich Fr. 1. —. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalgasse 27, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 21. XVII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | Zürich, 5. November 1910.

Ein kleines Korn gesät ins Feld,
Bringt mit der Zeit dir tausend Aehren;
Ein Körnlein Liebe, gut bestellt,
Kann tausend Herzen Freud' gewähren.

Ueber das Heizen.

(Nachdruck verboten.)

Als im vergangenen Jahre in Zürich der „Deutsche Verein für Gesundheitspflege tagte, kam mit dem Thema „Die Rauchplage in den Städten" auch die Behandlung unserer Hausbrandfeuerungen zur Sprache. Man verlangte nicht nur die Verwendung geschulter Heizer in Großbetrieben, sondern auch die Verbreitung zweckmäßiger Grundsätze inbezug auf die Bedienung von Feuerungs-Anlagen in Haus und Küche durch Haushaltungs- und Dienstbotenschulen und durch die Presse. Tatsache ist, daß heute in den meisten Fällen mehr als die Hälfte des Brennmaterials unbenützt zum Schornstein hinausfliegt. Mangel an Sachkenntnis und nachlässige Bedienung tragen zum großen Teil schuld daran.

Eiserne Öfen sollten aus den Wohnräumen verschwinden. Sie erwärmen sich zwar rasch, erkalten aber auch bald, wenn das Brennmaterial verzehrt ist. Auf der Außenfläche des eisernen Ofens, der oft Temperaturen von mehr als 100 Grad Celsius aushalten muß, wenn er glüht, verbrennen die in der Luft enthaltenen Staubpartikelchen, die wir als „Sonnenstäubchen" an hellen Tagen sehen. Es ist nachgewiesen, daß dieser Prozeß eine von dem Laien als „trockene Luft" bezeichnete Atmosphäre schafft, die er durch Wasserverdunstungsschalen zu verbessern sucht. Natürlich ohne Erfolg. Hygienisch wertvoller sind die älteren und neuesten Kachelöfen, die lange nachdem das Heizmaterial verbrannt ist, noch Wärme abgeben. Deren Außenseite erwärmt sich selten über 50—60 Grad Celsius, läßt also den brenzlichen Geruch im Zimmer nicht aufkommen. Große Vorsicht erfordert die Handhabung der an manchen Ofenrohren angebrachten Klappen. Es ist am besten, sie gar nicht zu benützen, so lange sich noch Feuer im Ofen befindet, es sei denn, daß man die Konstruktion des Ofens und die Gefahr der Entwicklung giftiger Kohlengase ganz genau kennt und zu regulieren versteht. Die gleiche Vorsicht lasse

man der Zusammensetzung der Ofenröhren angedeihen. Sie dürfen keine Lücken aufweisen und sollen nur wenige Zentimeter in den Kamin hineinragen. Unzählige Unglücksfälle ereigneten sich schon durch die Unvorsichtigkeit, am Abend im Schlafzimmer entweder die Klappe zu früh zu schließen oder an den Griff der Ofenklappen oder direkt übers Rohr Kleidungsstücke zu hängen, wodurch die Klappe ebenfalls vorzeitig geschlossen wird. Die Familienglieder kommen dabei in Gefahr, an den giftigen Gasen, die statt in den Kamin nun ins Zimmer entweichen, zu ersticken. In andern Fällen auch brechen die Rohre an den Verbindungsstellen auseinander oder die Kleider geraten in Brand.

Ehe man den Ofen in Gebrauch nimmt, wird er innen und außen gereinigt, denn Rußansatz unterbricht die Leitung der Wärme nach außen und hindert die richtige Verbrennung des Heizmaterials. Sorgfältig muß auch der Rost gereinigt sein, ehe man ihn mit Papier und Holz bedeckt. Man beobachte nur einmal, wie von den meisten Mädchen und Frauen das Reinigen des Rostes so oberflächlich besorgt wird, und man kann sich dann nicht wundern, wenn das Feuer „gar nicht angeht". Zwischen den Stäben eingeklemmte Schlacken müssen unbedingt entfernt werden. Wer über gutgetrocknetes kleingespaltenes Tannenholz verfügt, kann Späne oder andere Feueranzünder entbehren. Das Papier muß darunter locker geballt sein. Legt man rasch einige kleine Steinkohlenwürfel oder Brikette auf das Holz, so wird man bald eine Schaufel ausgesuchter Kohlen auffüllen können. Wichtig ist, daß bei der Schichtung von Papier, Holz und Kohle genügend Lufträume die Ausbreitung der Flammen begünstigen, deshalb ist Kohlengries vorerst nicht zu verwenden. Ist das Feuer einmal in Brand, so lege man niemals, wenn es sich nicht um einen Füllofen handelt, von oben auf, sondern schiebe die Glut auf dem Roste möglichst nach hinten und häufe die Kohle davor. Eine gewisse, durch Übung gewonnene Geschicklichkeit muß heute noch bei unsern Frauen die technischen Kenntnisse ersetzen.

Bei der Verschiedenheit der Ofenkonstruktion, des Kaminbaues und des Heizmaterials lassen sich nur wenige Regeln verallgemeinern.

Als erstes gelte: Niemals und unter keinen Umständen greife man zur Petroleumkanne, um erlöschendes Feuer wieder anzufachen. Es verunglücken jährlich in Deutschland ungefähr tausend Menschen auf diese Weise und die Schweizerblätter melden oft genug von Explosionen und Brandunglück, verursacht durch die leidige Sitte, mit Petrol beim Kochen oder Heizen zu hantieren.

Man halte das Innere der Öfen, der Röhren und der Kamine rein, lasse Rost, Vermauerung und Verlust nachsehen und jeden Fehler ausbessern. Die Kosten werden durch Ersparnis an Material reichlich ersetzt. Mit dem Feuerhaken helfe man nur von unten, nicht von oben nach. Ein Krankenzimmer soll dauernd auf 16 Grad Celsius, Wohnräume auf 16 Grad und Schlafräume und Arbeitsräume (je nach der Art der Beschäftigung) auf 14 bis 16 Grad Celsius gebracht werden. Da die reine Luft sich viel schneller erwärmt als verbrauchte, sorge man im Zimmer stets für Zufuhr frischer Luft. Niemals schließe man alle Türen und Fenster in einem geheizten Raum auf längere Zeit und lasse nicht die warme, verbrauchte Luft des Wohnzimmers ins Schlafzimmer abziehen, damit dieses „überschlagen" werde. Inbezug auf das Heizmaterial gilt das Wort: „Das Beste ist das Billigste". Wer in seinen großen Kachelöfen mit „Heizibürdeli" auskommt, mag sich freuen, er ist für die am Morgen aufgewendete, etwa einstündige Mühe des Einfeuerns den ganzen Tag über reichlich belohnt durch gleichmäßige angenehme Wärme. Fettkohlen, wie sie bisweilen in Werkstätten, Waschküchen usw. gebrannt werden, verwende man niemals in Küche und Haus. Würfelkohlen, Nußkohlen, Anthrazit und Coaks sind der gewöhn-

lichen Kohle vorzuziehen. Der ausschließliche Gebrauch von Briketten ist nicht wirtschaftlich. Die durch sie erzeugte Wärmemenge kommt fast doppelt so teuer, wie die bei Verwendung von Steinkohle erreichbare.

Der Heizwert des Holzes steigt bei den verschiedenen Sorten in folgender Reihenfolge: Erle, Espe, Weide, Pappel, Obstbäume, Lärche, Kiefer, Tanne, Eiche, Buche. Ist man gezwungen, Buchenscheite zum anfeuern zu verwenden, so müssen sie recht klein sein. In der Regel wird Tannenholz zum anfeuern, Buchenholz zum heizen Verwendung finden. Frische Tannenreiser entwickeln beim Verbrennen Explosivstoffe, es ist also Vorsicht geboten beim Verbrennen des Weihnachtsbaumes im Ofen.

Wenn es erst einmal zum Zusammenschluß der Hausfrauen, zu Hausfrauenverbänden kommt, werden diese für die praktische Einrichtung der Heizanlagen in Neubauten, für die Zentral-Warmwasser- und Etagenheizung eintreten. Die Überheizung einzelner Räume im Gegensatz zu den kalten Korridoren und Küchen hat für unsere verwöhnte Generation viele Erkrankungen im Gefolge. Wie Asche, Ruß und Kohlenstaub die Reinhaltung unserer Wohnräume erschweren, wie wir Zeit und Kraft an die Herbeischaffung des Heizmaterials (oft vom Keller ins vierte Stockwerk) verschwenden, das wissen unsere im kleinbürgerlichen Haushalte tätigen Frauen und Töchter längst. Eine rationelle Zentralheizanlage wird in Zukunft für die einzelnen Familien eines Miethauses die Kosten für Brennmaterialien verringern und Gesundheit, Reinlichkeit und Bequemlichkeit fördern. J. M.

Das Wildgeflügel.

Von J. F. Karwath.

Neben dem zahmen spielt auch das wilde Geflügel eine bedeutende Rolle in der Küche, wenngleich es noch mehr als dieses zu den Nahrungsmitteln gehört, die Luxuspreise haben. Es bietet aber im Gegensatz zu manchen andern Prunk- und Modegerichten viel blutbildende Nährstoffe und zeichnet sich, zweckmäßig vor- und zubereitet, durch anregende Wirkung auf die Verdauungsorgane aus. Der Eiweißgehalt der meisten Arten übertrifft das Fleisch der Schlachttiere und des zahmen Geflügels, und da das Fett fehlt, wird das Federwild zwar durch die nötigen Zusätze an Butter, Rahm, Speck &c. noch teurer, eignet sich aber durch Leichtverdaulichkeit gut für die Krankenküche. Die Extraktivstoffe, die schon beim Fleisch der Schlachttiere angenehm in Erscheinung treten, sind beim gebratenen Wildgeflügel in noch größerer Menge vorhanden und tragen zu seinem pikanten Geschmack bei.

Alles Wild muß vor dem Gebrauch mehrere Tage oder Wochen frei hängen, da es sonst hart und zäh bleiben würde, jedoch wird diese Vorbereitung oft übertrieben. Man bekommt zuweilen Wildbraten vorgesetzt, der in einem Zustande ist, den man bei jeder andern Fleischart, von Widerwillen gepackt, verwerfen würde, den man aber in diesem Falle hinnimmt, weil er Mode und Überlieferung ist: den Hautgout.

Eine verständige Hausfrau wird kein Wildgeflügel mit Hautgout servieren, das unter Umständen auch Verdauungsstörungen und Vergiftungserscheinungen verursachen kann. Sie wird auch die Eingeweide der Schnepfen nicht anrichten, was ja auch als sehr fein gilt, im Grunde aber eine noch stärkere Geschmacksverirrung ist.

Das Wildgeflügel ist, wie das Haarwild, nur in bestimmten, amtlich festgesetzten Monaten jagdbar. Den Anfang machen die langschnäbeligen Schnepfen die im zeitigen Frühjahr in den durch alte Jägersprüche gekennzeichneten Monaten erlegt werden. Dann folgen die Wildenten von Juli ab, und im August oder September — die Jagdzeiten sind in den Einzelstaaten verschieden — fallen Rebhühner und Wachteln unter dem Blei. Vom September ab wird auch der Fasan geschossen, die Hennen bis Januar, der

Hahn sogar bis Mai, ferner Hasel-, Birk- und Auerwild. Die Auerhähne, schießt man im März und April, doch geben sie oft recht zähen und trockenen Braten.

Älteres Federwild läßt man am besten erst einige Tage in Essig, Sauer- oder Buttermilch liegen, es wird auch vielfach gedämpft oder zu Wildsuppen benutzt. Junges Wildgeflügel wird auch zu Pasteten, Salmis, Soufflés, Ragouts und andern Feinschmeckergerichten verwendet.

Das Wässern des Geflügels ist unter allen Umständen zu verwerfen, da es den Geschmack nicht verbessert.

Junge Tiere erkennt man gleich dem zahmen Junggeflügel am schmächtigeren, feineren Gliederbau, am volleren Fleisch, an der Farbe der Füße, den mit Saft gefüllten Federkielen usw.

Geflügel, das aufbewahrt werden soll, muß ausgenommen werden, jedoch läßt man ihm das Federkleid und stopft den Leib mit Papier aus, um das Ausdörren des Fleisches zu vermeiden. Das gleiche geschieht, bevor man Geflügel verschickt.

S. Z.

Haushalt.

Das Pferdefleisch hat mehr Nährwert als das allerbeste Ochsenfleisch, Kalbfleisch, Schweinefleisch oder Hammelfleisch. Jede Hausfrau sollte daher nicht versäumen, es in ihrem Haushalt einzuführen. Sie wird, falls sie nicht etwa das Fleisch alter Pferde nimmt (das natürlich ebenso zäh ist, wie das alter Kühe), überrascht sein von der Güte des Materials. Fohlenfleisch z. B. zart und hell wie Kalbfleisch, ist bei richtiger Zubereitung von diesem nicht zu unterscheiden, ebenso wie das Fleisch älterer Pferde nicht vom Rindfleisch. Und neben dem Wohlgeschmack kommt noch die Ersparnis für die Haushaltungskasse in Betracht, denn selbst gutes Pferdefleisch ist viel billiger als jedes andere Fleisch.

Bei der Herstellung von **Glace** können gewöhnliche **Blechbüchsen** Verwendung finden. Man bereitet die Masse nach Vorschrift und füllt sie nach dem Erkalten in eine gut schließende Kakaobüchse. Diese stellt man in einen Topf mit Eis und diesen Topf, der ebenfalls gutschließen muß, in einen Korb oder eine Kiste mit Heu, am besten in den Selbstkocher oder in die Kochkiste. Wenn die Masse zu fest gefroren ist, bearbeitet man sie mit einem Spachtel oder breiten Holzlöffel, bis sie weich und geschmeidig wie Butter wird. Kleinere Büchsen und runde oder viereckige Blechdosen geben Ausstecher für Cakes und dergleichen. Auch als Backformen für Aufläufe 2c. können passende Blechbüchsen Verwendung finden.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Maissuppe, *Kalbsbraten mit Milch, Maccaroni, gedünstete Birnen.

Dienstag: Sagosuppe, Rindfleisch, †falsche Mayonnaise, †Maisklöße.

Mittwoch: *Braune Reissuppe, †Ente mit Kohl, *Weinstrudeln.

Donnerstag: Gemüsesuppe, Rindfleischragout, *Polenta mit Milch oder Käse oder †Mais mit Aepfeln.

Freitag: Kartoffelsuppe, *Krautauflauf, konservierte Pflaumen.

Samstag: Gerstensuppe, †Hammelskeule wie Wildbret, Knöpfli, †Wurzelsalat, †Früchtekuchen mit Brot.

Sonntag: Weiße Mehlsuppe, *Ochsenzunge mit Rahmsauce, Pommes de terre frites, *Randensalat, *Schokoladentorte.

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.

Braune Reissuppe. 2 Kochlöffel Mehl werden in etwas Butter bräunlich geröstet und mit Wasser abgelöscht. Ein Lauchstengel wird nudelartig geschnitten und mit zusammengebundenen Sellerieblättern und mit zirka 100—150 Gramm Reis in die Suppe gegeben. Diese wird nun zugedeckt langsam gar gekocht. Nachdem die Sellerieblätter entfernt sind, wird die Suppe über 1—2 Löffel geriebenen Magerkäse angerichtet, worauf man sie je nach Gutfinden mit einem oder mehreren Güßchen Maggi-Würze im Geschmacke hebt.

Ochsenzunge mit Rahmsauce. Zeit 2½ Stunden. 1 Ochsenzunge, 2 Zwiebeln, 3 Liter Wasser, einige Löffel Essig, 30 Gr. Fett, 30 Gr. Mehl, 3 Eßlöffel sauren Rahm, der Saft von einer halben Zitrone, 1 Löffel Kapern, 2 Eidottern, Salz. — Die Zunge wird sauber gewaschen, von allem Knorpeligen befreit und mit Salz, Zwiebeln und Essig in heißem Wasser zugesetzt. In 2½ Stunden wird sie weich sein (im Selbstkocher 4 Stunden). Nach dem Sieden wird sie geschält und in hübsche, gleichmäßige Scheiben geschnitten. Zur Sauce zerläßt man das Fett, gibt das Mehl und die geriebene Zwiebel dazu und dünstet alles hellgelb. So viel Zungenbrühe, als zur Sauce

notwendig ist, wird zugegossen, dann der Zitronensaft, die Kapern und der Rahm beigefügt und die Sauce gut durchgekocht. Dann kommen die Zungenscheiben dazu und werden in der Brühe noch einigemale aufgekocht. Vor dem Anrichten bindet man die Sauce noch mit 2 Eidottern.

Kalbsbraten in Milch. Zeit 2 Stunden. 2 Kilo Keule oder Rücken, 50 Gr. Speck, 30 Gr. Fett, 1 Zwiebel, Karotten, Lorbeerblatt, 4 Pfefferkörner, 1 Liter Milch oder Buttermilch und Salz. Das enthäutete und geklopfte Fleisch wird in einer tiefen Schüssel mit Milch bedeckt und zugedeckt 4—5 Tage hingestellt und täglich gewendet, dann abgetrocknet, mit Salz eingerieben und im Bratofen mit den Zutaten in gewohnter Weise gebraten. Während des Bratens gießt man stets entweder von der Beize-Milch oder frische Milch zu, im ganzen nach und nach 1/2 Liter. Für diesen Braten sollte nicht weniger als 2 Kilo verwendet werden. Er schmeckt auch kalt sehr gut.

Aus „Gritli in der Küche".

Falsche Mayonnaise. Eine abgerindete, in Wasser geweichte, gut ausgedrückte Semmel wird mit einigen Eßlöffeln voll Oel und einem Eidotter so lange gerührt oder gestoßen, bis sich eine Mayonnaise bildet, die man mit Zitronensaft abschmeckt.

Krautauflauf. Zutaten: 1 Kopf Weißkraut (Kabis) oder Kohl, je 375 Gr. gehacktes Schweinefleisch und Rindfleisch, 2 Semmeln, 2 Eier. — Man siedet die Blätter des Gemüses (die möglichst ganz erhalten werden, indem man nur die dicken Rippen herausschneidet) halbweich, und legt sie auf einen Durchschlag zum abtropfen. Dann bestreicht man eine Eisenkasserole dick mit Butter, legt eine Lage Blätter hinein, dann eine Lage Fleisch, welches mit den Semmeln, die in Wasser geweicht und fest ausgedrückt wurden, den Eiern, Salz, Zwiebeln und gestoßenem Pfeffer, gemischt ist, und füllt mit Blättern und Fleisch fort, bis der Topf gefüllt ist. Obenauf kommen wieder Blätter. Dann werden Brosamen aufgestreut und einige Stücke Butter aufgelegt. Man bäckt den Auflauf eine Stunde im Bratofen. Er wird gestürzt zu Salzkartoffeln mit einer Buttersauce, welche mit etwas Gemüsebrühe und 1 Kaffeelöffel Essig über ein Eigelb angerührt wird und mit Maggi-Bouillon gewürzt, zu Tisch gegeben.

Polenta mit Milch. Für 6 Personen. 1 Liter Milch, 1 1/2 Tasse Maisgries, 2—3 Stück Würfelzucker, Salz. — Milch, Zucker und Salz werden miteinander siedend gemacht. Der Maisgries wird dann auf einmal hineingegeben und die Masse gerührt und gekocht, bis sie dick und steif ist. Nun richte man sie erhöht auf eine warme Platte an, begieße sie nach Belieben noch mit heißer Butter und serviere sie mit heißer Milch und gestoßenem Zucker oder Konfitüre. (Ein nahrhaftes Frühstück für Kinder.) M. Imhoof.

Polenta mit Käse. Den nach vorstehendem Rezept erzielten Maisteig ohne Zucker schneidet man in Vierecke, legt sie in ein gut mit Fett bestrichenes Backblech, bestreue sie mit 2—3 Handvoll geriebenem Käse, und backe sie im heißen Ofen gelb.

Merkblatt des Vereins für Gesundheitspflege von Biel und Umgebung.

Wein-Strudeln. Zutaten: 220 Gr. feingeriebenes Schwarzbrot, 125 Gr. Butter, 125 Gr. gesiebter Zucker, 5 Eier, und 2 Gramm Zimt, ferner 1/2 Liter alkoholfreier Weißwein. Die Butter wird mit Zucker, Zimt und den Eidottern 1/4 Stunde stark gerührt, dann nach und nach das Brot und zuletzt das zu Schnee geschlagene Eiweiß dazugegeben. Diese Masse wird in kleinen, mit Butter bestrichenen und mit gestoßenem Zwieback bestreuten Blechformen schön gelbbraun gebacken. Nachdem die Strudeln erkaltet sind, setzt man sie in einen irdenen Topf, begießt sie mit dem Weißwein, welcher mit Zucker nach Geschmack versüßt wird, fügt etwas Nelken und Zimt bei und läßt sie langsam kochen, bis sie aufgehen. Man serviert diese Weinstrudeln auf kleinen Tellern statt Creme oder kaltem Pudding.

Schokoladentorte. 125 Gramm geriebene Schokolade, 250 Gr. Zucker, 125 Gr. geschälte und gestoßene Mandeln und etwas Vanillezucker werden mit dem Schnee von 4 Eiweiß vermengt, dazu wird 1 Eßlöffel Weißmehl gegeben. Die Torte wird in einer gut gestrichenen Springform bei schwacher Hitze gebacken.

Eingemachte Früchte.

Hagebuttenmark. 1 Kilo Hagebuttenmark, 600—800 Gr. Zucker. Reife Hagebutten werden von Stiel und Fliege befreit, halbiert, die Kerne samt Pelz entfernt. Die Früchte werden in wenig Wasser weichgekocht, durchgestrichen, mit dem Zucker vermengt, ganz aufgekocht, abgeschäumt, zu richtiger Dicke gekocht (gallertartig) und angerichtet.

Durch langes Kochen verliert diese Marmelade ihr schönes Rot, deshalb können die gereinigten Hagebutten schwach 1/3 ihrer Höhe mit Wasser bedeckt während 4—6 Tagen in den Keller gestellt werden. Es ist täglich einmal darin umzurühren. Durch diese Gärung sind die Hagebutten weich geworden und können durchgestrichen werden. Das so gewonnene Mark wird mit dem mit ganz wenig Wasser geläuterten Zucker gekocht bis es gallertartig erscheint,

Quittenmarmelade. Quitten müssen zu jeder Art Konserve frisch vom Baum verwendet werden. 1 Kilo Quitten, 750—900 Gr. Zucker, etwa 5 Deziliter Wasser. Die Quitten werden gewaschen in Viertel geschnitten, mit dem zum Weichkochen nötigen Wasser aufs Feuer gesetzt, gut gedeckt auf kleinem Feuer weichgekocht, geschält, das Kernhaus entfernt und durchgestrichen. Der Zucker wird zum Fruchtbrei gefügt und zusammen aufgekocht bis die Masse von gallertartiger Konsistenz ist.

Quittenpasten. 1 Kilo Quittenmark, 1 Kilo Zucker. Gut reife Quitten, nach Belieben mit Aepfel gemengt, werden gewaschen, in kleinere

Stücke zerschnitten, das Kernhaus entfernt. Die Schnitze werden mit dem zum Weichkochen nötigen Wasser aufs Feuer gesetzt, zugedeckt, langsam weichgekocht und durchgestrichen. Das durchgestrichene Mark wird mit gleichschwer Zucker zu einem dicken Brei gekocht, der, sobald er sich von der Pfanne löst, auf mit Olivenöl oder kaltem Wasser befeuchtete Bleche ausgestrichen oder in Formen gegossen wird. Die Bleche werden in den ganz wenig warmen Ofen geschoben, die so getrocknete Quittenmasse wird mit beliebigen Formen ausgestochen oder in verschobene Vierecke oder Streifen geschnitten. Nach Belieben werden die Pasten noch warm in Zucker gewendet. Trocken und gut verschlossen aufbewahren.

Quittenpasten können ebensogut aus dem Rückstand von Quittengelee hergestellt werden. Jedes beliebige Früchtenmark kann nach dieser Art zubereitet werden. Das Quittenmark kann auch sterilisiert werden; es ist dann möglich, zu jeder Zeit frische Quittenpasten herzustellen.

„Illustrierte Reformküche".

Gesundheitspflege.

Die Tränen haben die Aufgabe, den Augapfel zu überspülen und alle unreinen Stoffe mit fortzunehmen. Kommt ein größeres Staubteilchen oder anderes Körperchen ins Auge, so entsteht sofort eine förmliche Ueberschwemmung, wodurch die Gefahr für das Auge vermindert wird, sich an den kantigen Ecken des Gegenstandes zu verletzen. Eine andere Aufgabe der Tränen besteht darin, den Augapfel stets feucht zu erhalten. In neuester Zeit hat man noch einen dritten, nicht minder wichtigen Vorteil der steten Tränenberieselung festgestellt. Wie allgemein bekannt, wimmelt es in der Luft im Freien und namentlich in unsern Wohnungen von zahlreichen auch Krankheiten erregenden Bakterien, die sich auch auf unsern Augen häufig festsetzen. Da kommen nun wieder die Tränen zu Hilfe, die den Augapfel ununterbrochen überspülen und reinigen.

Dr. van Genderen Stort im hygienischen Institut zu Amsterdam hat hierüber interessante Versuche angestellt. Ein Tropfen einer Flüssigkeit, die große Mengen Bakterien enthielt, wurde in das Auge geträufelt. Unmittelbar danach und in darauffolgenden kürzeren Zeitabschnitten wurden Teile von der Augenflüssigkeit entnommen und untersucht. Zuerst fanden sich unzählige Bakterien vor, nahmen aber schon nach fünf Minuten ab und und nach einer Stunde war keine einzige mehr nachweisbar.

Dr. van Stort untersuchte nun in gleichen Zeiträumen wie vorher die Flüssigkeit der Nase und fand in dieser jedesmal ungefähr die gleiche Menge Bakterien, die im Auge fehlte. Aller Unrat im Auge war also durch den Tränenkanal in die Abwässer der Nase geschwemmt und unschädlich gemacht worden.

Somit erweist sich die Bespülung des Auges mit Tränenwasser als ein höchst wichtiger, natürlicher Schutz gegen parasitische Organismen, die in das Auge gelangen und durch weitere Entwicklung dort große Schaden verursachen könnten.

Krankenpflege.

Krampf-Anfälle (Koliken). Außer rein nervösen, einfachen, krampfartigen Beschwerden, bei denen die Kranken zwar heftige Schmerzäußerungen geben können, ihr Gesicht aber merkwürdig frisch und unverändert bleibt, bestehen noch Krampfanfälle innerer Organe, die wir Koliken nennen und die auf schwersten Organerkrankungen beruhen können (Gallensteinleiden meist mit Gelbfärbung der Augäpfel, des Gesichts und der Hände, Nieren- und Blasensteine mit Urinbeschwerden, Magenkoliken mit Brechreiz, Gebärmutterkoliken meist mit Ausfluß oder Blutungen, Darmkoliken mit Durchfall oder Verstopfung). Eine klare Diagnose ist hier nur dem Arzt möglich. Bei diesen Koliken verfällt manchmal das Gesicht und man halte sich daher nicht mit Samaritermaßregeln lange auf. Ruhiglagerung und breiter Prießnitz-Umschlag, der nicht zu warm werden darf, falls Entzündung oder Eiterung im Leib anzunehmen ist, sowie ein Glas lauen Baldrian- und Pfefferminz-Tees pflegen die Zeit bis zur Ankunft des Arztes erträglich zu machen. Auch gegen die harmlosen Hoffmanns-, Cholera-, Baldrian- und sonstigen Schmerztropfen kann man nichts einwenden, wenn nicht Magen- oder Darmgeschwüre vorliegen. Jedenfalls glaube man nicht, daß all diese schmerzlindernden Maßnahmen die Krankheit selbst irgend beeinflussen können.

Große Hitze wirkt meist sehr wohltätig, birgt aber bei verborgenen Blutungen oder Eiterungen die Möglichkeit der Verschlimmerung in sich. Ganz unschädlich und wohltätig wirken erleichternde Darmeingießungen.

Kinderpflege und -Erziehung.

Beim Gesichtsausschlag der Kinder beginnen zuerst die Wangen sich zu röten, schuppig zu werden, allmählich näßt die Haut, es entstehen Krusten und Borken. Der Ausschlag schreitet weiter, bedeckt bald die Wangen, Kinn, Stirne und Ohren. Es entstehen geschwollene Drüsen am Halse — das Kind ist schrecklich entstellt. Schlimmer aber ist seine Unruhe, es kann Tag und Nacht nicht schlafen und möchte sich infolge des Juckreizes die Haut blutig kratzen. Dieser Ausschlag entsteht oft bei völlig gesunden, wohlgepflegten Kindern. Oft gibt man feuchten, sonnenlosen Wohnungen die Schuld, oftmals ist Skrophulose im Spiel. Dieser Ausschlag bessert sich häufig, wenn das Kind anderweitig erkrankt, besonders bei Darmkatarrhen, und deshalb glaubt man all-

gemein, daß er nicht vertrieben werden darf, weil er sich sonst „nach innen schlagen" könnte. Dies ist jedoch nicht richtig; das Gesichtseczem muß sogar möglichst frühzeitig behandelt werden, da es infolge des gestörten Schlafes die Kinder sehr schwächt, andererseits die kranke Haut mit ihren massenhaften, von Borken besetzten Geschwüren ein bequemer Eingang für alle möglichen Krankheiten ist und sich hier besonders gerne die Skrophulose (geschwollene Halsdrüsen) einnistet.

Dr. Hans Braun empfiehlt in seiner Schrift „Erste Hilfe bei Kinderkrankheiten" folgende Behandlung:

Man sorge für Luft und Licht, regelmäßigen Stuhl, schmale Kost. Das Gesicht wird nicht gewaschen, sondern mit reinem Oel gereinigt und mit Zinksalbe dicht belegt. Ist der Ausschlag vorgeschritten, so macht man am besten aus Leinwand eine Gesichtsmaske, welche man am Kopfe gut befestigen kann und die man an der Innenseite mit Zink-, oder falls diese wirkungslos bleibt, mit Bleiweißsalbe bestreicht. Die Hände des Kindes sind stets rein zu halten, die Nägel ganz kurz zu schneiden; in der Nacht werden die Hände mit Handschuhen versehen.

Haarausfall bei Kindern. Nach schweren Krankheiten, bei blutarmen, schwächlichen Kindern, bei reichlicher Schuppenbildung älterer Kinder stellt sich der Haarausfall ein. Man sorge für allgemeine Kräftigung. Den Haarboden wasche man wöchentlich einmal mit Seifenspiritus und fette ihn nachher mit reinem Olivenöl ein.

Gartenbau und Blumenzucht.

Blühenden Flieder im Zimmer zu treiben, glaubt sich der Blumenfreund nicht für befähigt. Und doch gelingt es bei einiger Aufmerksamkeit recht gut. Haben wir in unserm Garten einen Fliederbusch stehen, so ist die Sache leicht zu bewerkstelligen. In den Spätwintermonaten (bis März) schneiden wir von dem Busche recht kräftige Zweige, an denen die Blütenknospen sich gut entwickelt haben. Diese Zweige kommen in ein Gefäß mit Wasser und bleiben zwei bis drei Tage lang im ungeheizten Zimmer, aber frostfrei stehen. Dann bringen wir sie in das geheizte Zimmer, wo sie zunächst einige Tage lang recht weit vom Ofen entfernt aufgestellt werden. Nun endlich dürfen sie in die Ofennähe kommen. Wenn wir dann noch dafür sorgen, daß die Luft um die Fliederzweige möglichst feucht ist, so ist das Erforderliche getan. Die Ofenwärme besorgt das übrige. In vier, fünf oder sechs Wochen können wir uns an der Blüte erfreuen. Um die Luft feucht zu erhalten, ist es gut, die Zweige mit Moos zu umwickeln — die Blütenknospen bleiben natürlich frei — und dieses Moos durch fleißiges Spritzen feucht zu erhalten. Das Wasser verdunstet beständig und dadurch entsteht die feuchte Luft.

Alle Blatttriebe werden unterdrückt. Sobald sich die Blüte entwickelt hat, bringt man die Zweige mehr an das Licht.

Auch das Antreiben der Fliederbäumchen geschieht im Zimmer in derselben Weise wie bei den Zweigen. Die Zweige müssen stets mit Moos umwickelt werden. Sobald die Pflanze blüht, wird das Moos entfernt. Wenn man die Bäumchen beim Gärtner kauft, läßt man die Zweige gleich sachgemäß zurückschneiden. M. R.

Da die **Feigen** im Winter leicht erfrieren, müssen die Kübelpflanzen frostfrei überwintert werden. Die Feigenspaliere bindet man gut ein oder legt sie vor Eintritt des Winters zur Erde nieder und bedeckt sie gut mit solcher. Es ist dies die einfachste und sicherste Art der Ueberwinterung. Pflanzt man die Feigen an eine geschützte Südwand oder stellt man die in Kübeln gepflanzten Exemplare an sonnigen Orten auf, so reifen die Früchte bei uns alljährlich gut aus.

Tierzucht.

Die Mast zahmer Kaninchen, die in den Wintermonaten vorzugsweise von gewerbsmäßigen Züchtern betrieben wird, um schwere Schlachttiere im Handel zu erzielen, kommt in der heute vielerorts üblichen Art der grausamen Gänsemast gleich. Die zu mästenden Kaninchen werden zuerst in Einzelhaft genommen und in enge Behälter gesteckt, die möglichst dunkel stehen sollen. Jede Bewegungsfreiheit ist vollständig ausgeschlossen. Das Mastverfahren besteht nun, abgesehen von dem abwechslungsreichen und vier bis fünf mal täglich gereichten Futter, darin, daß die bedauernswerten Geschöpfe drei bis fünf Wochen auf einem Lattenrost zubringen müssen, den man in den Gefängnissen selbst für die Verbrecher abgeschafft hat. Fanden die Tiere vorher reichliche Streu in ihrem Käfig, so wird ihnen bei der Mast jede weiche Unterlage plötzlich entzogen. Um das tägliche Reinigen der Einzelkäfige seitens des Züchters zu vermeiden, müssen die Kaninchen auf dem Lattenrost, durch den die Entleerungen fallen, wochenlang sitzen. Sie verbringen auf der harten Unterlage qualvolle Wochen. Die Füße der Tiere schwellen an, und es entstehen große Schmerzen.

Es wird jedem einigermaßen tierfreundlich Denkenden einleuchten, daß bei dieser grausamen Mast sich die Kaninchen niemals in einem normalen Zustande befinden können. Die Leiber werden künstlich aufgetrieben, ein unnatürlicher Fettansatz wird hervorgerufen, welcher naturgemäß sämtliche inneren Organe angreift und verändert. Infolge der Bewegungslosigkeit und Ueberfütterung vermag der Magen das Mastfutter nicht zu verdauen. Trotzdem sind sogar Freßpulver mit allerhand scharfen Gewürzen im Handel, durch welche das Kaninchen noch mehr als sonst zur Freßlust angeregt werden soll.

Da das Fleisch solcher Tiere nicht gesund sein kann, sollten die Hausfrauen den Kauf aller auf diese Weise gemästeten Kaninchen ablehnen.

Frage-Ecke.

Antworten.

101. Ein Rezept zu **Hagebuttenkonfitüre** finden Sie in vorliegender Nummer. Die Red.

102. Wenn Sie keine Kurse in der nahen Stadt nehmen können, so bleibt Ihnen nichts übrig, als durch gute Kochbücher à la „Gritli" sich weiter zu bilden. Ich glaube, Sie sind intelligent genug, an dessen Hand eine perfekte **Köchin** zu werden. Ist Ihre Hausfrau keine gute Lehrmeisterin? Es wäre ihre Aufgabe, Sie anzuleiten oder Ihnen den Weg zu gründlicher Ausbildung zu ebnen. Hausmütterchen.

103. Wir verwenden seit Jahren ein **Glätteisen** mit Gasschlauch und sind sehr zufrieden damit. Es existieren aber auch noch andere Gasglätteeisen, die den Beifall der Hausfrau finden. Spiritusglätteisen sollen weniger praktisch sein, wie ich höre. Aus eigener Erfahrung kann ich aber nicht reden. Emmy.

104. Ich kenne kein unschädliches Mittel gegen **Schweissflecken**; auch in meinen vielen hauswirtschaftlichen Rezepten konnte ich keins entdecken, das angäbe, wie man Schweißflecken aus Baumwollstoff entfernt. Der Schweiß scheint geradezu ätzend auf das Gewebe einzuwirken. Unsere Wäscherin greift zu Eau de Javelle und hat damit Erfolg. Ich bin aber nicht eingenommen für solche Mittel. Hausfrau.

104. Wie man mir sagt, lassen sich **Schweissflecken** durch das Waschen in unterschwefligsaurem Natron entfernen. Wie die Lösung zusammengestellt wird, kann man Ihnen vielleicht in der Droguerie sagen. Hausmütterchen.

105. Man sollte alle **Schuhe** von Zeit zu Zeit von der Wichse reinigen und Sohle und Oberteil mit einem guten Schuhfett, das jeder Schuhmacher feil hält, gründlich einfetten, so viel das Leder aufsaugt. Es wird hiezu auch oft Leinöl empfohlen, aber ich möchte Ihnen nicht dazu raten. Ich habe einen solchen Versuch sehr bereut, da der unangenehme Geruch des Leinöls sich den ganzen Winter über an den Schuhen bemerkbar machte. E. B.

Fragen.

106. Welche praktische Hausfrau könnte mir sagen, wo man **Schafwolle** reinigen und solche nachher verarbeiten lassen kann? Wie läßt sich gereinigte Schafwolle, wenn man sonst momentan keine Verwendung dafür hat, am besten aufbewahren? Für den Rat Erfahrener wäre dankbar Eine Abonnentin.

107. Wie schützt man die **Rosen** am besten über den Winter, besonders die frisch okulierten, eingesetzten Wildlinge? Für gütige Auskunft meinen besten Dank. Fraueli vom Lande.

108. Weiß eine der lieben Leserinnen ein Mittel, um gelb gewordenen **Klaviertasten** die weiße Farbe wieder zu geben? Eine Abonnentin.

109. Unlängst hatte ich das Mißgeschick, von einem dienstbaren Geist mit einem Teller Fleischbrühe überschüttet zu werden, und da ich meinen neuen Jupon nicht gerne ganz waschen lassen möchte, so bitte ich die werten Mitleserinnen um Rat, wie ich die **Fettflecken** am besten entfernen könnte? Mit Benzin geht es nicht gut und mit Ausglätten auch nicht. Für gütige Antwort wäre sehr dankbar Ein Pechvogel.

110. Welche Leserin könnte mir Anleitung zur Selbst-Herstellung einer **Kochkiste** geben? Welche Geschirre sind hiezu am passendsten? Zum voraus besten Dank! Frau vom Lande.

111. Hat vielleicht eine werte Mitabonnentin auch schon solide und praktische **Schuhe** gestrickt? Ich möchte gerne diese Arbeit probieren und wäre für gütige Uebermittlung eines solchen Musters sehr dankbar. H. K.

Ein unverbrennbarer Feueranzünder.

Jeder guten Hausfrau, welche Ersparnisse im Haushalte zu machen wünscht, dürfte eine Erfindung willkommen sein, die von einem Herrn H. Krienerniedick in Berlin gemacht worden ist, und die eine erhebliche Ersparnis mit sich bringt. Die Erfindung besteht in einem unverbrennbaren Schnellfeueranzünder. Es ist dies ein steinharter Würfel aus einer Art Beton, dem brennbare Substanzen beigemischt sind. Dieser Würfel braucht nur in ein wenig Petroleum oder Spiritus getränkt zu werden. Legt man ihn so in einen Feuerungsraum und zündet ihn an, so entwickelt er eine starke Flamme, gleichviel, ob der Ofen oder Herd viel oder wenig Zug hat, und darauf geschüttete Kohlen oder Brikette stehen in kürzester Zeit in voller Glut. Der Würfel bleibt im Feuer liegen, ohne darin die geringste Veränderung zu erfahren. Er wird am nächsten Tage herausgenommen, wieder mit Petroleum getränkt und abermals benützt. Diese Verwendung kann Tag für Tag erfolgen, ohne daß der Anzünder erneuert zu werden braucht; er bildet also einen dauernden Ersatz für Kleinholz und Feueranzünder.