

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

**Band:** 17 (1910)

**Heft:** 24

**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>**



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.

Nr. 24. XVII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern.

Zürich, 24. Dezember 1910.

Auf das, was dir nicht werden kann,  
Sollst du den Blick nicht kehren.  
Oder ja, sieh recht es an,  
So siehst du gewiß, du kannst es entbehren.  
Fr. Rückert.



### Englische Küche.

Plauderei von M. Kossak.

(Nachdruck verboten.)

Es gibt kein zivilisiertes Land auf Erden, in dem man nach dem Geschmack anderer Nationen so wenig gut kocht wie in England — dies dürfte wohl feststehen. Es ist aber keineswegs richtig, wenn man denn Geschmack der Engländer allein dafür verantwortlich macht, denn die Ursache liegt in viel höherem Grade an der Verstandnislosigkeit, mit der man in dem britischen Inselreiche kocht. Die Engländer beachten die feineren Regeln der Kochkunst zu wenig, sie wissen nicht, daß man die eine Fleischsorte länger hängen lassen muß, um sie mürbe zu machen, welcher Braten ein stärkeres und welcher ein schwächeres Feuer braucht; sie wissen nicht, welche Gewürze sich mit diesem oder jenem Speisematerial vertragen. Daher ist ihr Fleisch stets zäh

und den Gerichten fehlt jeder feinere Reiz. Selbst Beefsteaks und Roastbeefs, die von England aus ihren Siegeszug durch die ganze Welt gemacht haben, sind in ihrer Heimat für die Zungen Fremder fast ungenießbar.

Wenn ich dessen ungeachtet hier über englische Küche schreibe und eine Anzahl englischer Rezepte mitteile, so geschieht es, weil ich bei öfterem Aufenthalt in England auch einige recht gute Rezepte sammeln konnte. Da aber die Verwendung von Salg, die der Engländer so liebt, uns unerträglich ist, so habe ich in den folgenden Rezepten dies fast durchgängig durch Butter ersetzt.

Aber die englischen Fleisch- und Gemüsegерichte gehe ich kurz hinweg, denn die Braten sind, wie schon erwähnt, in der Regel zäh. Kompliziertere Fleischspeisen, wie Ragouts und Frikassees gibt es dort kaum. Am schmackhaftesten sind Hammelfoteletten und gebratene Kalbsmilch, die man unpaniert brät. Das hat manche Vorzüge, insofern, als der Geschmack des Fleisches besser erhalten bleibt. Letzteres wird einfach in kleine, dünne Scheiben geschnitten, gesalzen und sehr

rasch in wenig Fett gebraten, worauf man es sofort auf den Tisch bringt. Es hat dann einen sehr aromatischen, kräftigen Geschmack, während etwas längeres Stehen es ungenießbar macht. Auch die Kalbsmilch wird in England selten vorher abgeseiht, geschweige denn abgekocht. Was die Gemüse anbelangt, so hat man dafür zwei Bereitungsarten, entweder kocht man sie nur wenige Minuten und gießt das Wasser dann ab, worauf sich jeder das halbrohe Zeug mit verschiedenen kalten Saucen anrührt, oder man kocht sie so lange, daß fast ein Brei entsteht, der mit viel Mehl und Zucker gemischt wird. Die Gemüse haben dann Ähnlichkeit mit süßen Mehlspeisen.

Sehr praktisch erscheint mir die in einzelnen Gegenden Englands verbreitete Gewohnheit, Speisenreste für Aspik zu verwerten. Überbleibsel von Braten, gekochtem und geräuchertem Fleisch, werden in möglichst große Stücke zerschnitten und mit ein paar Löffeln feingeschnittenen Mixed-Pickles und Gurken vermengt. Darauf macht man eine dünne Brühe aus Fleischextrakt, tut etwas Essig und soviel aufgelöste Gelatine, als nötig ist, um sie zu steifen, dazu und gießt sie über die Fleischstücke. Das Ganze wird nun in eine hübsche Form geschüttet und vor dem Gebrauch ausgestürzt. Hat man einige, nicht zu weich gekochte Gemüsereste, so werden sie, hübsch zurechtgeschnitten, auf den Boden der Form gelegt. Ein solches Aspik sieht nett aus und schmeckt zweifellos besser, als die kalten oder aufgewärmten Speisenreste für sich. Wenn man eine pikante Sauce und geröstete Kartoffeln oder Brötchen dazu reicht, so hat man ein vorzügliches Gericht für den abendlichen Tisch. Ebenso lassen sich Fischreste verwerten. Wenige Reste reichen, wenn man sie zusammen verwendet, für ein großes Aspik.

In Folgendem will ich ein paar Rezepte zu brauchbaren Saucen für den Zweck geben.

1. Man macht aus einem Eßlöffel Weizenmehl und 30 Gr. Butter eine helle

Mehlschwitze, rührt, nachdem sie halb erkaltet ist, einen Eßlöffel Öl tropfenweise und 6 Eßlöffel Essig,  $\frac{1}{2}$  Theelöffel Soja, eine Prise weißen Pfeffer,  $\frac{1}{2}$  Theelöffel Zucker und eine Messerspitze Muskatnuß dazu und verbünnt die Sauce nach Belieben mit kalter Fleischbrühe.

2. 2 Eigelb werden mit 3 Eßlöffeln Öl und 5 Eßlöffeln Essig in bekannter Manier zu einer Remouladesauce verrührt und mit einigen Tropfen Soja, einer Prise Zucker und 1 Theelöffel Tomatenpüree gewürzt, worauf man die Sauce mit Weißwein oder Bouillon verbünnt.

Statt einer Sauce gibt man häufig auch Orangen-, Kräuter- oder Sardellenbutter zu den Aspik. Ich lasse die Rezepte folgen:

1. 80 Gr. Butter werden glatt verrührt. Darauf rührt man  $\frac{1}{2}$  Theelöffel Zucker, 1 Eigelb, die abgeriebene Schale einer halben Orange und eine Prise roten Pfeffer dazu.

2. 80 Gr. zu Rahm gerührte Butter werden mit 5 Eßlöffeln dickem saurem Rahm und 3 Eßlöffeln feingehackten grünen Küchenkräutern, sowie einer Prise Pfeffer vermischt.

Diese verschiedenen Buttersorten schmecken auch sehr gut zu kaltem Braten und Suppenfleisch, oder auf geröstetes Brot gestrichen. Wie man dieses röstet, ist bekannt, doch will ich nur bemerken, daß man durch Rösten Semmelbrötchen vom Tage zuvor recht schmackhaft machen kann.

Daß zu den Speisekammervorräten jeder englischen Hausfrau einige Töpfe mit Mince-meat zum Füllen von Pies, Kuchen, Pasteten und Omeletten gehört, dürfte gleichfalls bekannt sein. Man verwendet für Mince-meat im wesentlichen Rostbeef, Nierentalg, Apfel, Rosinen, Korinthen, Backpflaumen, Zitronen- und Orangeschalen und Zitronat, doch kann man auch andere gebörrte Früchte, sowie geräuchertes Fleisch dazu nehmen. All dies wird in winzige Würfel geschnitten und mit Rum in einen Steintopf geschüttet, worauf man die Masse täglich umrührt und nach 8—14 Tagen in Gebrauch nimmt. Wenn man

daß gebratene Fleisch wegläßt, hält es sich monatelang und wird dann erst recht gut.

Charakteristisch für die englische Küche sind verschiedene Kuchen, die zu jeder Mahlzeit frisch bereitet werden. Ferner empfehle ich meinen Leserinnen eine eigentümliche Art, namentlich in Schottland sehr beliebter Omeletten, die auch kalt gegessen werden. 250 Gr. Butter werden zu Rahm gerührt und mit 6 ganzen Eiern, 80 Gr. Zucker, 250 Gr. Mehl und einer halben Obertasse Milch oder Rahm vermischt. Dann bäckt man in einem Eisen — man kann ein Waffeleisen dazu benutzen — bei offenem Herdfeuer Kuchen, die heiß zusammengerollt werden. Nachdem sie erkaltet sind, reicht man sie zum Thee oder zu Früchten und Eingemachtem. Sie lassen sich bei unerwartetem Besuch in wenigen Minuten bereiten.



### Influenza.

Zu den Krankheiten, die vorzugsweise im Winter auftreten, wird die Influenza gezählt. Dr. B. Reid schreibt darüber in der „Krankenpflege“:

Bei der Influenza handelt es sich um eine Infektionskrankheit, hervorgerufen durch außerordentlich kleine Bazillen, die von den Atmungsorganen, besonders der Nase aus in den Körper eindringen. Die Ansteckung erfolgt meistens direkt von Mensch zu Mensch, was um so leichter ist, als die Bazillen sich auch nach Beendigung der Erkrankung noch häufig im Nasensekret finden. Außerdem verlaufen manche Fälle so leicht, daß die betreffenden Kranken ihren Geschäften ruhig weiter nachgehen, wodurch naturgemäß einer Weiterverbreitung der Krankheit außerordentlich Vorschub geleistet wird. Da die Disposition zur Erkrankung eine fast allgemeine ist, sehen wir die Influenza-Epidemien oft eine sehr große Ausdehnung annehmen, wenngleich durchaus nicht alles, was heute als Influenza bezeichnet wird, auch tatsächlich Influenza ist. Unter Fieber, Schüttelfrost oder mehrmaligem Frösteln,

allgemeiner Mattigkeit, Kreuz- und Gliederschmerzen und Kopfwehtreten Schnupfen, Augenbindehautentzündung, Rötung des Rachens, Schwellung der Mandeln, Reizhusten und Bronchialkatarrh auf. Während in den leichteren Fällen diese Erscheinungen im Laufe von 1—2 Wochen zurückgehen, kommt es in den schwereren Fällen zu ernstern Lungenerkrankungen, namentlich Lungenentzündungen, die für ältere Personen oft verhängnisvoll werden. Auch stellen sich nicht selten schwere nervöse Störungen, z. B. Delirien oder ernstere Magen- und Darmerkrankungen, unter Umständen auch krankhafte Erscheinungen von seiten der Zirkulationsorgane ein. Die Rekonvaleszenz kann recht langwierig sein. Eine schon vor der Erkrankung vorhanden gewesene Lungentuberkulose zeigt nicht selten eine schnell fortschreitende Verschlimmerung.

Die Behandlung erfordert Bettruhe, so lange Fieber besteht, und eine leicht verdauliche, aber kräftige Diät. Pflanzliche Umschläge um den Hals und Gurgelungen sind bei stärkeren Halsbeschwerden zu empfehlen. Oft bringt stärkeres Schwitzen, hervorgerufen durch heißen Flieder-, Lindenblüten- oder Kamillenthee, Erleichterung. Bei Gehirnerscheinungen wird man eine Eisblase auf den Kopf legen. Die medikamentöse Behandlung liegt in den Händen des Arztes. Jedenfalls sollte Aspirin, Phenacetin, Antipyrin und dergleichen nicht ohne ärztliche Verordnung, wie es heutzutage leider so häufig geschieht, genommen werden. Notwendig ist bei den schweren Fällen von Influenza eine sorgsame Kontrolle des Pulses.

Um die Weiterverbreitung der Krankheit zu verhüten, wäre Isolierung der Kranken, Desinfektion des Auswurfes (etwa durch Lysollösung und namentlich der benutzten Taschentücher dringend notwendig. Leider lassen sich diese Maßregeln sehr häufig bei der oft außerordentlich großen Zahl der Infizierten nicht durchführen. Jedenfalls aber sollte man darauf achten, ältere Personen von Influenzanken möglichst fernzuhalten.

## Das Einsalzen und Räuchern des Schweinefleisches

beschreibt E. Williger-Straßer in der „Illustrierten Reformküche“ wie folgt:

Das Fleisch muß nach dem Schlachten ganz erkaltet sein. Größere Stücke, wie Schinken, müssen länger gebeizt werden als kleinere und dünnere. Die geeignetste Zeit zum Einsalzen und Räuchern im Haushalt ist der Winter. Im Sommer verdirbt das Fleisch leicht.

Auf 1 Kilo Fleisch samt Knochen ist zu rechnen: 80—100 Gr. Salz, 10 Gr. Zucker, 2 Gr. zerdrückte Pfefferkörner, 1 Gr. Gewürznelken, 3—4 gequetschte Wacholbbeeren, 1 kleines Stück Lorbeerblatt, 1 Perlzwiebel, 3 Deziliter Wasser, 2—4 Gr. Salpeter.

Das Salz wird zerrieben, mit dem Salpeter gemischt, das Fleisch tüchtig damit eingerieben und in einen reinen Holzzuber gelegt, das übrig gebliebene Salz wird mit dem Gewürz und Wasser aufgekocht und völlig abgekühlt, dann über das eingeschichtete Fleisch geschüttet und dieses mit Brettchen beschwert, damit alles von der Beize gedeckt ist. Jetzt bleibt das Ganze 1—4 Wochen je nach Größe der Stücke (ein Schinken von 7—8 Kilo bedarf bis 5 Wochen) ruhig stehen. Durch Bewegen und Aufrühren verdirbt die Lase.

Zum Räuchern wird das Fleisch mit Schnüren versehen. Bevor dasselbe ins Ramin gehängt werden kann, muß es an der Luft getrocknet werden. Das Ramin zum Räuchern sei weit. Das Fleisch muß wenigstens 4—5 Meter über der Feuerstätte aufgehängt werden. Zum Brennmaterial soll Wacholberreißig gemischt werden, dies verleiht dem Fleisch einen besondern Wohlgeschmack. Es darf während dem Räuchern nie zu stark gefeuert werden und es sollen nicht Lumpen, Rehricht &c. verbrannt werden. Fleisch, das dem Feuer zu nahe hängt oder zu starkem Rauch ausgesetzt ist, wird außen trocken, spählig und unschmackhaft und ist leichter dem Verderben ausgesetzt, weil die Rußkruste den Rauch nicht mehr ins Innere bringen läßt. Fleisch zum Aufbewahren und Roh-

essen, wie auch Spidspeck ist länger zu dörren, als solches, das zum Kochen baldige Verwendung findet. Ganz große Stücke verlangen 4—6 Wochen, während bei kleinen und dünnen eine Woche und weniger schon genügt.

Als Aufbewahrungsort ist ein kühler, luftiger, trockener Raum zu wählen. Der Feuerraum mit geöffnetem Zug der großen, ehrwürdigen Rachelöfen versteht auch da im Sommer gute Dienste.



• Haushalt. •



**Berner Haferflocken.** Die Hafermühle Bähelflüh stellt als Spezialität eine besondere Art Haferflocken her, die in handlichen Schachteln zu einem Pfund zu haben sind. Haferflocken zeichnen sich neben anregenden Eigenschaften ganz besonders als ein allseitiges Nahrungsmittel aus, indem dieses Nahrungsprodukt in sehr reichem Maße alle diejenigen Stoffe enthält, welche der Körper zu seiner Ernährung bedarf. Diese Bähelflüher Haferflocken sind in 15 Minuten zubereitet, während die früheren Produkte zwei Stunden Kochzeit erforderten. Die Verbesserung des Produktes in dieser Richtung wird eine allgemeinere Einführung erlauben, namentlich auch, da sich der Preis der Schachtel auf nur 45 Rp., gleich anderthalb Rappen die Portion stellt. Bei den gegenwärtig hohen Preisen der elementarsten Nahrungsmittel ist es angezeigt, auf dieses gesunde einheimische Produkt hinzuweisen. „Bund“.

**Ueber das Rühren bei der Bereitung von Backwerk** schreibt H. Debler in der „Konditorei im Haushalt“:

Ich empfehle womöglich stets mit einem Rührbesen zu rühren und nicht mit Spatel oder Kochlöffel; erstens wird die betr. Masse ausgiebiger und zweitens gehts viel schneller. Zucker und Eigelb werden in eine Schüssel getan und zwar wird immer nur eine kleine Portion Eigelb zuerst zugerührt, gerade genug, um dem Zucker die nötige Feuchtigkeit zu geben, dann ein Eigelb nach dem andern und immer rühren, bis die Masse schaumig ist. Schaumig ist die Masse erst, wenn sie nur langsam vom Spatel läuft und auf der in der Schüssel befindlichen Masse die Zeichen des Tropfens deutlich zurückbleiben. Die Masse sieht dann schön hellgelb aus.

Auch Butter wird mit dem Besen gerührt, dabei verfährt man auf folgende Weise: In die irdene oder Email-Schüssel (niemals verginnte, Messing- oder Kupferschüssel) legt man das betr. Stück Butter, stellt die Schüssel einen Augenblick in den warmen Ofen, bis die Butter leicht angeschmolzen, und fängt dann sofort an zu rühren. Wenn die Butter schaumig ist, kommt der Zucker

hinein und dann Eigelb um Eigelb oder Ganz-Ei nach Ganz-Ei, bis die Masse schön schaumig ist. Das in vielen Rezeptbüchern gebräuchliche Angeden der Zeit, z. B. man rührt eine halbe Stunde, ist unrichtig, denn die eine Person rührt schnell, die andere langsam, die eine braucht daher 20 bis 25 Minuten, bis die Masse schaumig ist, während die andere nur 10 Minuten benötigt.



### Kochrezepte.

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

**Butternockerlsuppe.** Zeit 40 Minuten. 50 Gramm frische Butter, 1 Prise Salz, 40 Gramm Mehl (3 Eßlöffel), 2 Eier, Grünes, 1 Liter Bouillon. — Die Butter ist schaumig zu rühren, Mehl, Salz und die Eigelb damit tüchtig zu vermengen, die Eiweiß zu Schnee zu schlagen, unter die Masse zu ziehen und davon kleine Klößchen rasch in siedende Fleischbrühe einzulegen. Zugedeckt auf kleinem Feuer langsam 7 Minuten kochen. Im Selbstkocher 1 Stunde.

Aus „Grilli in der Küche“.

**Gebratener Truthahn.** Für 7–10 Personen. 1 Truthahn, 1 Eßlöffel Fett, 1½ Eßlöffel Salz, Bratengemüse, Speck, 1 Tasse Bouillon. — Der Truthahn wird ausgenommen, flambiert und dressed wie ein Huhn, dann in und auswendig mit Salz eingerieben und in Speckscheiben gebunden. Mit dem Bratengemüse und heißem Fett wird er in den heißen Bratofen gestellt und unter fleißigem Begießen gebraten, bis der Fond und das Bratengemüse eine gelbe Farbe angenommen haben. Nun gießt man etwas heiße Fleischbrühe nach und brätet den Truthahn weich (2–3 Stunden je nach der Größe). Den Truthahn befreit man von den Fäden und Speckscheiben, tranchiert ihn und richtet ihn hübsch auf eine Platte an, wobei die Schenkel mit Papiermanschetten versehen werden. Die Sauce wird entfettet und durchpassiert zum Truthahn serviert. Zubereitungszeit 3½–4 Stunden.

Aus „Großes Schweizer Kochbuch“.

**Kalbsleber à la ménagère.** Von schöner Kalbsleber schneidet man dünne Tranchen, gibt diese mit Butter und den Gewürzen auf starkes Feuer und läßt sie kurz anbraten. Sobald die Tranchen weich sind, richtet man sie an und stellt sie warm. In der zurückgebliebenen Butter rührt man einen Kochlöffel Mehl bräunlich, fügt ¼–½ Glas Weißwein und ebensoviel Bouillon, 1 Löffel gehackte Schalotten und Petersilie bei, läßt alles kurz aufkochen, schmeckt dann mit wenig „Maggis-Würze“ ab und richtet es über die Leber an.

**Fleischvögel.** Zeit 1 St. 1 Kilo Kalbfleisch vom Stöcken, 40 Gr. Fett, Salz, Pfeffer, Farce:

2 kleine Brötchen, 1 Löffel gehackte Petersilie, 1 geriebene Zwiebel, etwas Zitronensaft, 20 Gr. frische Butter, 2 Eier, 1 Deziliter Milch, etwas Salz, Gewürz, 2 Deziliter Fleischbrühe oder Milch. Aus dem Fleisch werden handgroße Scheiben geschnitten, mit einem breiten Messer geklopft, leicht gesalzen und gepfeffert und die Füllung so darauf gestrichen, daß rings ein 1½ Ctm. breiter Rand frei bleibt. Man rollt die Stücke zusammen und bindet sie kreuz und quer mit Bindfaden zu einer Rolle. Die Farce sollte nirgends austreten und muß eventuell entfernt werden. Dann wendet man die Fleischvögel in etwas Mehl um, bringt sie nebeneinander in das heiße Fett und bräunt sie rasch ringsum, gießt die Flüssigkeit heiß zu und dünstet sie zugedeckt ½ Stunde. Vor dem Servieren die Bindfaden entfernen und die Sauce darüber passieren. Im Selbstkocher und im Dampfkocher werden sie sehr gut.

Aus „Grilli in der Küche“.

**Kartoffelaufguss.** Man rührt 100 Gramm Butter schaumig, gibt 3–4 Eidotter, 800 Gramm mehligte Kartoffeln, die am Tage vorher abgekocht wurden, geschält und gerieben dazu. Ein Kochlöffel voll Weizmehl wird mit knapp ¼ Liter Milch glatt gerührt, in die Masse gemischt, etwas Salz und Muskatnuß und den Schnee der Eier leicht darunter gearbeitet. Der Aufguss wird in einer gut gestrichenen Auflaufform etwa ¾ St. gebacken. Sehr feine Zuspitze zu Fleischvögeln und Voressen.

**Saure Linsen.** Zeit der Bereitung 3 St. 500 Gr. Linsen weicht man über Nacht in weichem Wasser, kocht sie dreimal nach einander mit weichem Wasser ab und dann in Salzwasser gar. Indes schneidet man 60 Gr. Speck würfelig, entfernt die Grieben, schneidet eine zerschnittene Zwiebel nebst 25 Gr. Mehl darin braun, gibt ½ Liter kochendes Wasser, 1 Löffel Essig, ein wenig Zucker, etwas Pfeffer und 5 Gr. Liebig's Fleischextrakt dazu und kocht davon eine Sauce, in der man die weichen Linsen erhitzt. Man bestreut sich beim Anrichten mit den zurückgestellten heißgehaltenen Grieben.

Ebenso wie Linsen kann man auch Bohnen bereiten.

**Orangengelee.** Eine Stange Agar-Agar wird in ¼ Liter Wasser geweicht und klar gekocht. Den Saft von 4 Orangen und ½ Zitrone kocht man mit etwas Schale und 125 Gr. Zucker auf, gießt ihn durch, vermischt ihn mit dem Agar-Agar und läßt es erkalten. Wird mit falschem Schlagrahm und Orangenscheiben verzehrt.

**falscher Schlagrahm.** Einen guten Ersatz für Schlagrahm bereitet man, indem man ½ Liter frische Milch zum Kochen bringt und alsdann 2 stark gehäufte Theelöffel cornflour oder Eiweißpulver und 1 Theelöffel Zucker, welche man vorher mit etwas kalter Milch angerührt hat, unter stetem Rühren hinzusetzt und einmal aufkochen läßt. Diese heiße Masse gießt man langsam unter fortwährendem Rühren über ein zu festem Schnee geschlagenes Eiweiß. Das Ganze wird dann noch

einige Minuten gekocht, bis es die gewünschte Dike erreicht hat und solange gerührt, bis es anfängt sich abzukühlen.

**W. Brandenburg, „Die harnsäurefreie Kost“.**

**Kalte Bowle.** Sie wird schon am Morgen für den Abend zubereitet und folgendes dazu verwendet: 500 Gramm ganzen Zucker, 2 Flaschen alkoholfreien Rotwein, 1 Flasche alkoholfreien Weißwein und 3 schöne Orangen. Die Orangen werden in Räder geschnitten, und zwar samt der Schale, mit 1 Flasche Rotwein und dem Zucker angefüllt. Dies läßt man zugebedt einige Stunden stehen, hierauf wird der weitere Wein zugegossen und später mit den Orangen serviert.

Wer die Bowle sehr fein machen will, gebe 1 Flasche alkoholfreien Schaumwein kurz vor dem Servieren hinzu. **M. R.**

**Warmer Milchpunsch.** Man überkocht in einer Theekanne eine halbe Tasse guten Thee, 1 Eßlöffel Gerste, 1 Prise Safran, 6 Nelken, etwas Muskatblüte und ein Stück Zimt mit kochendem Wasser, verstopft die Röhre mit etwas weißem Papier und läßt alles 1 Stunde an warmer Stelle ziehen. Dann kocht man 1½ Liter frische Milch auf, gibt die durch ein Sieb gegossene Flüssigkeit aus der Kanne hinzu, nimmt die Milch vom Feuer, verquirlt das Getränk mit 3–4 Eiblottern und gibt es in starken Gläsern zu Tisch.

### Weihnachtsgebäck,

**Zuckerwaffeln.** Zutaten: 375 Gr. Butter (zu Rahm gerührt), dazu 500 Gr. Zucker, 8 Eier, eine halbe Stange Vanille eine halbe Stunde gerührt, und 500 Gr. Mehl darunter gemischt. Die Masse muß eine Nacht stehen und wird anderen Tages gebacken. Das Eisen braucht nur das erstemal gefettet zu werden. Diese Waffeln sind sehr haltbar.

**Geduld-Küchlein.** Zutaten: 250 Gr. Mehl, 250 Gr. Zucker, Vanille, 7 Eiblotter, 1 Eiweiß. Man rührt alle Zutaten eine halbe Stunde lang gut durcheinander, setzt Häufchen davon auf ein bestrichenes Blech und backt sie langsam.

**Schokoladenschnitten.** Zutaten: 250 Gr. Schokolade, 250 Gr. Zucker, 125 Gr. geriebene Mandeln (worunter einige bittere), 125 Gr. in kleine Scheibchen und 100 Gr. in kleine Würfel geschnittenes Zitronat, 5 Eßlöffel Wasser. — Man kocht Zucker und Wasser auf, gibt dies in eine Schüssel und mengt alle Zutaten darunter. Die Masse füllt man in eine mit Mandelöl gestrichene länglich-viereckige Form, läßt sie kalt bis zum andern Tage stehen, worauf man sie stürzt. Beim Servieren werden feine Scheiben geschnitten. — Wohlgeschmeckt und haltbar!

**Eierbrezeln.** Zutaten: 125 Gr. Mehl, 125 Gramm Zucker, 125 Gr. Butter, 4 hartgekochte Eiblotter. Man vermengt die angegebenen Zutaten zu einem Teig, rollt ihn aus und teilt ihn in längliche Streifen, aus denen man kleine Brezeln formt, sie mit Ei bestreicht, mit Zucker, Zimt und

Mandeln bestreut und rasch backt. Die Brezeln sind lange haltbar.

**Belgrader Brötchen.** Zutaten: 280 Gr. Mehl, 280 Gr. Zucker, 280 Gr. geriebene Mandeln, 80 Gr. Sultane, 30 Gr. kandierte Orangenschalen, 6 Gr. Zimt, 3 Gr. Gewürznelken, 3 Eier. Man verarbeitet dies alles zu einem festen Teig, rollt ihn nicht zu dünn aus, schneidet ihn in 5 Zentimeter lange und 2½ Zentimeter breite Stücke. Diese backt man zu schöner Farbe, taucht sie in heißen, bis zum Bruch gekochten Zucker und läßt sie trocknen.

„Häusliche Konditorei“ von E. Bröpper.



### Gesundheitspflege.



Die Luftverderbnis, die im alltäglichen Leben durch Ansteigen des Kohlen säuregehaltes der Luft in überfüllten Räumen sich einstellt, erfordert unsere ernsteste Beachtung. Es ist allerdings nicht lediglich der Gehalt an Kohlen säure, der die Luft zu einer schädlichen macht, so daß Uebelkeit, Kopfschmerz und Schwindelgefühl eintritt, sondern das Vorhandensein noch anderer gasförmiger Beimengungen zur Zimmerluft. Der Kohlen säuregehalt gibt aber auch hierfür einen Gradmesser ab: eine Zimmerluft mit einem Gehalt von 0,1% Kohlen säure ist als eine unbedingt schlechte und verborgene zu bezeichnen.

Von den schädlichen Beimengungen zur Atemluft, die sich gelegentlich auch im Alltagsleben bemerkbar machen können, ist vor allem das Kohlenoxyd zu nennen. Das Kohlenoxyd, eine geringere Oxydationsstufe als die Kohlen säure, ist ein Gas, welches bei unvollkommener Verbrennung der Kohle z. B. in schlecht brennenden Öfen entsteht. Es mischt sich namentlich dann der Zimmerluft bei, wenn durch eine Klappe am Ofenrohr der Abzug der Verbrennungsgase in den Schornstein gehindert ist. Eine äbel angebrachte Sparsamkeit — denn das Guschleben der Ofenklappe hat schon manches Menschenleben gekostet. In keinem Hause sollten noch Klappen im Abzugsrohr eines Ofens gebildet werden! Auch im Leuchtgas bildet das Kohlenoxyd einen wesentlichen — und den gefährlichsten Bestandteil.

Das Kohlenoxyd ist äußerst giftig und um so tödlicher, als es weder durch Farbe noch Geruch seine Anwesenheit in der Zimmerluft verrät. Einatemmen, wird es äußerst leicht ins Blut aufgenommen. In geringen Mengen erzeugt es Kopfschmerz und Uebelbefinden; bei längerer Einwirkung gefährdet es direkt das Leben.



### Krankenpflege.



**Medizinische Bäder.** In kleineren Ortschaften, wo keine gut eingerichteten Badeanstalten bestehen, wird man von nachfolgender Anleitung zur Herrichtung von verschiedenen medizinischen Bädern gerne Gebrauch machen.

Die Herrichtung von Kohlensäurebädern geschieht in der einfachsten Weise, indem man nach Dr. Sandow zunächst Soda im Wasser auflöst und unmittelbar vor dem Baden auf dem Boden der Wanne Platten aus doppelt-schwefelsaurem Natrium verteilt. Statt solcher Platten kann man auch rohe Salzsäure verwenden. Die Chemikalien zur Bereitung kohlensaurer Bäder sind in allen Apotheken zu haben. Einfacher und sauberer lassen sich Kohlensäurebäder mittelst Einleitung flüssiger Kohlensäure in das Badewasser herrichten, in ähnlicher Weise, wie dem Bier, um es frisch zu erhalten. Künstlich Kohlensäure zugeführt wird.

Zusammenziehende Bäder bereitet man durch Vermischen des Badewassers mit einer Abkochung von Eichenrinde (500 Gr. auf 5 Liter Wasser) oder Tannin, von dem je nach Bedarf 20 bis 100 Gr. genommen werden. Statt dieser Zusätze kann man sich auch der Gerberlohe, der Balnussblätter, des Alauns oder der essigsauren Tonerde bedienen. Die Konzentration wird vom Arzte vorgegeschrieben.

Einwickelnde Bäder nennt man solche, denen Abkochungen von Kleie, Stärkemehl oder Malz zugesetzt wird. 250–1250 Gr. Weizenkleie oder 125–500 Gr. Stärkemehl beziehungsweise Gerstenmalz werden in einigen Litern Wasser etwa 30 Minuten gekocht und durch ein Tuch in das Badewasser geseiht. Die Mehlabkochung kann durch eine solche von Weizen (500–1000 Gr.) ersetzt werden.)

Schmerztreibende Bäder werden hauptsächlich als ableitende Bäder gebraucht in Gestalt von Fußbädern mit Laugen- oder Senfzusatz. 20–50 Gramm Pottasche oder 50–100 Gr. Arsenik genügen, ebenso 15–50 Gr. Senfmehl (auch 6–10 Gramm Senfspiritus). Zu Vollbädern ist die zehnfache Menge am Zusatz erforderlich. Zu derselben Gattung gehören die Sublimatbäder (die Menge ist jedesmal zu verordnen) und Mineral-säurebäder. Als Zusatz dient Salpetersäure (50 bis 120 Gr.) oder je die Hälfte rohe Salpetersäure und Salzsäure.

Soolbäder müssen, um einige Wirksamkeit zu entfalten, ziemlich kräftig sein. Ein Vollbad beansprucht 5–10 Kilo Salz.



### Kinderpflege und -Erziehung.



Die Kleider des Kindes müssen einfach, praktisch und gesund sein. Sie dürfen nicht so beschaffen sein, daß sie die Bewegungsfreiheit hemmen oder irgendwie beengen können. Das Kind will sich kräftig bewegen, will springen, laufen und spielen. Und es hat ein Recht darauf, das ihm nicht verkümmert werden darf. Wenn sehr warme Kleidung nötig ist aus irgend einem Grunde, so ist doch dahin zu streben, sie nach Möglichkeit porös zu gestalten. Schwächliche, blutarme oder nervöse Kinder müssen im allgemeinen wärmer gekleidet sein, als starke und vollblütige. Schon der Lebensdrang der letztgenannten bringt es mit

sich, daß durch kräftigere und länger anbauende Bewegung mehr Eigenwärme erzeugt wird; außerdem ist bei stärkerer Konstitution die Körperwärme größer, weil alle Teile des Organismus, durch reichlich vorhandenes gesundes Blut genährt, kräftiger arbeiten. Wenn im allgemeinen nach Abhärtung, besonders auch durch nicht zu warme Kleidung, gestrebt werden soll, so ist doch in jedem einzelnen Falle durch Erwägen der in Betracht kommenden besonderen Umstände zu ermitteln, was zuträglich sein kann für das Kind und was nicht. Es ist sehr wichtig, besonders auf Warmhaltung der Füße und des Unterleibes zu achten, sonst entstehen leicht Erkältungen. Nasse Füße sind die Ursache mancher Kinderkrankheit. Nasse Kleider sind immer gleich zu wechseln; sie dürfen auch bei kräftigen Kindern nicht am Leibe trocknen. Ebenso schädlich ist der Aufenthalt in kühlen, feuchten Räumen. Jeder starke Temperaturwechsel ist überhaupt nach Möglichkeit zu vermeiden oder durch Vermehren oder Vermindern der Kleidung auszugleichen.

Der Mumps (Ziegenpeter) ist eine durch einen noch unbekannten Erreger verursachte Infektionskrankheit des Kindesalters. Unter mäßiger Temperatursteigerung kommt es zur entzündlichen Anschwellung der Ohrspeicheldrüsen einer Seite, zu der sich bald auch die der andern hinzugesellt. Nach 1–1½ Wochen tritt fast stets völlige Heilung ein. Bettruhe während des Fiebers, kühlende Umschläge, Einreibungen mit Del oder Lanolin, sind zu empfehlende Maßnahmen.



### Gartenbau und Blumenzucht.



Die Behandlung des Gummibaumes. Trotzdem die Behandlung des Gummibaumes einfach ist, wird doch häufig über das Eingehen der Pflanze oder das Verkümmern der Blätter geklagt. Viel kommt es auf die Beschaffenheit der Erde im Topfe an. Der Gummibaum verlangt nährreiche, humusreiche Erde, am besten eine Mischung von Laub-, Heide- und Mistbeeterde, der man etwas Lehm und Flußsand zusetzt. Während der Wachstumsperiode verlangt die Pflanze reichliche Bewässerung und hellen Standort, während der Ruhezeit etwas dunkleren Stand bei sparsamerem Gießen. Das öftere Waschen der Blätter gibt ihr ein stets frisches, lebhaftes Aussehen. Sobald der Stamm kleine Blätter bildet, muß er sofort mit möglichster Schonung des Wurzelballens verpflanzt werden. Die geeignete Pflanzzeit ist der Monat Mai. Im Sommer kann man den Gummibaum sehr wohl im Freien an einem halbschattigen Platze aufstellen, der gegen Zugluft geschützt ist. Man hat dabei den Vorteil, daß Stamm und Blätter abgehärtet werden und dadurch die Ueberwinterung besser vertragen. Gibt man dem Gummibaum eine zu warme Stelle im Zimmer, so geschieht es häufig, daß die Blätter üppig treiben aber sehr klein bleiben. Eine Temperatur von

zirka 12 Grad Reaumur bekommt ihm am besten. Eines der Hauptübel des Baumes besteht darin, daß die Blätter anfangen, schwarz zu werden. In diesem Falle sorge man für baldige Umtopfung und Entfernung der meist sauer gewordenen Erde. Interessant ist die Aufzucht neuer Gummibäumchen. Man entfernt die kleinen, am Stamm austreibenden Nebenweige, steckt sie in eine mit Wasser gefüllte Flasche und verklebt deren Oeffnung. In wenigen Wochen zeigen sich die ersten Wurzelspitzen. Sobald sie 10 Cm. lang geworden sind, zerbricht man die Flasche und setzt den Pflänzling in einen Topf.

### Clurzucht.

Ueber die Lasurmeise wird in den „Schweiz. Blättern für Ornithologie und Kaninchenzucht“ geschrieben: „Die Lasurmeise wird als die schönste aller Meisen bezeichnet, wozu ihr zartes Lasurblau neben dem schneeweißen Grund wesentlich beiträgt. Der Oberkopf, die Kopfseiten, Kehle, Hals und Unterseite sind weiß, die Oberseite blau; der Flügel ist mit einer weißen Binde geziert. Vom Schnabel zieht sich durchs Auge gegen den Hinterkopf ein schmaler, blauer Streifen, von der Brustmitte gegen den Unterleib tritt ebenfalls ein blauer Streif hervor. Der Schwanz ist sehr lang, hellblau, mit deutlicher weißer Querbinde am Ende.“

Die Lasurmeise hat viel Ähnlichkeit mit unserer Blaumehle, der sie auch in der Größe entsprechen mag, nur ist ihr Schwanz länger und die Rückenfarbe frei von jedem grünlichgelben Schimmer.

Aus den Berichten verschiedener Vogelfreunde geht hervor, daß die Eingewöhnung dieses Vogels Schwierigkeiten bieten kann. Wichtig ist, daß ihm ein geräumiger Käfig geboten wird, in welchem er sich Bewegung machen und auch klettern kann. Ferner darf man sie anfänglich nicht in hohe Wärmegrade bringen, weil die Vögel an Kälte gewöhnt sind und diese ihnen weniger schadet als die Wärme. Die Vögel werden von unsern Vogelfreunden oft als weichlich bezeichnet; sie sind dies aber nicht von Natur aus, sondern werden es leicht durch längeren Transport, durch mancherlei Störungen während der Reise aus dem Norden, wie auch durch den Mangel an lebenden Insekten, die ihnen noch lange geboten werden müssen. Der Bleibhaber muß somit bei der Gewöhnung an ein geeignetes Ersatzfutter die größte Vorsicht walten lassen und auch dann noch hin und wieder einen Leckerbissen in Form lebender Insekten zu bieten suchen. In Ermangelung solcher v rsteht auch ein kleiner Mehlwurm den Dienst. Gerne frisst sie auch sthaltige Sämereien und die Kerne verschiedener Beerenfrüchte.

Ein anderer Vogelpfleger weist noch auf die Notwendigkeit hin, der Lasurmeise zu jeder Jahreszeit Gelegenheit zu bieten, denn es sei ihr wie allen Meisen ein Bedürfnis.



### \* Frage-Ecke. \*



#### Antworten.

120. Ein gutes Fleischpudding-Rezept ist das nachstehende. Unter feingewiegte R. ster fleisch rührt man  $\frac{1}{4}$  in Milch eingeweichtes, ausgebrühtes und zerriebenes Weißbrot, feingewiegte Zwiebel, Salz, Muskatnuß, Pfeffer und 3—6 Eigelb. Man arbeitet alles gut durch und gießt dann den steifen Eischnee darunter, füllt die Masse in eine bestrichene und ausgestreute Form und siebet sie zugebedt  $\frac{3}{4}$  Stunden im bain-marie. A. B.

121. Tischtücher, Servietten und Vorhänge verwebt die mechanische Weberei und Kunstflickerei C. A. Christinger, Wil (St. Gallen).

Abonnentin.

122. Ich habe über den Petrolgasherd Reliable immer nur günstig urteilen gehört. Da wir selber Gas haben, kann ich aus eigener Erfahrung nicht sprechen. Das Fabrikat Haab ist mir nicht bekannt. Evi.

123. Wenden Sie sich zum Bezuge eines Selbstkochers an die Firma Hartwig, Freystraße 21, Zürich III. Dort werden die Euf. Mälerischen Selbstkocher verkauft. Die Preise sind, je nach innerer Ausstattung, verschieden. Wir haben für einen Selbstkocher mit 4 Emailgeschirren, für 6 und mehr Personen berechnet, vor Jahren ca. 43 Fr. bezahlt. Verlangen Sie Prospekt. Die Speisen sind meiner Ansicht nach schmackhafter, da das Aroma, das sich auf dem offenerem Feuer verflüchtigt, in dem geschlossenen Kocher viel besser erhalten bleibt. Sie werden die Anschaffung nicht bereuen. Hausfrau.

124. Zu gutem Senf vermischt man 250 Gr. weißes und 125 Gr. schwarzes Serfmehl mit 250 Gr. Zucker, 7 Gr. gestoßnem Zimt, 5 Gr. gestoßenen Nallen und 5 Gr. Coriander, rührt dies mit gutem Weineisig an und stellt die Mischung in einem Steingutgefäß 1—2 Tage offen an einen warmen Ort. Man bewahrt den Senf dann in verkorkten oder mit festschließenden Deckeln versehenen Büchsen auf. Anna.

125. Ein harmloses Mittel gegen Rostflecken ist Zitronensaft, der in einem emaillierten kleinen Gefäß auf das Feuer gebracht wird. Vor dem Kochen taucht man den Flecken öfter hinein und retzt ihn tüchtig. A.

#### Fragen.

126. Ist die Kaffeemaschine Mokka-Quell praktisch und für einfachen Haushalt zu empfehlen? Sie wird von A. Roggenmoser in Zürich in den Handel gebracht. M. B.

127. Gibt mir jemand Anleitung zum Selbstbacken von Brot aus Weizen-Schrotmehl? Ich möchte einen Versuch damit machen, da mir bei Bekannten solches vorgezeigt wurde. Emmy.

128. Wer albt mir ein paar gute Rezepte von Wassersuppen? Im voraus dankt Sparfame Hausfrau.