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

Band: 20 (1913)

Heft: 2

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

No. 2. XX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 18. Januar 1913.

Nach innen leben,
Nach außen weben,
Nach unten schauen,
Nach oben streben. Rosegger.

Unsere Gewürze.

(Nachdruck verboten)

Selten sind die Produkte mühevoll tätiger Menschenhände und fernster Länder in einem so engen Raum vereinigt, wie im „Gewürzkästchen" unserer Küche. Wie flink gleiten diese Würzen durch die Finger der Hausfrau, die oft gar nicht weiß, welch gewaltigen Weg diese sowohl hinsichtlich der Gewinnung wie ihres Transportes zurückgelegt haben, ehe sie in unsere Küche kommen.

Sämtliche Gewürze unseres Gewürzkästchens stammen aus dem Pflanzenreich. Das am meisten verbreitete ist der Pfeffer! Seine ursprüngliche Heimat ist das Küstenland von Malabar; jetzt finden wir seine Kultur über Ostindien und alle Tropenländer verbreitet. Er ist ein fingerdicker Kletterstrauch mit stark knotigen Gliedern. Der Sproß klimmt an Stangen oder Bäumen sieben Meter hoch empor, trägt einen fingerlangen, kätzchenartigen Blütenstand, aus dem sich etwa zwei Dutzend Beeren entwickeln, pro Strauch etwa vier Kilo. Werden die noch unreifen dunkelroten Früchte rasch getrocknet, so erhalten wir den runzeligen schwarzen Pfeffer, der sich durch größere Schärfe auszeichnet, während der mildere weiße Pfeffer zubereitet wird durch Aufweichen der Körner in Kalkwasser oder auch Meerwasser, das die Schale weglöst. Leider wird manchmal in Europa (England) erst nachträglich aus schwarzem Pfeffer künstlich durch bisweilen nicht gerade appetitliche Beizen weißer Pfeffer „gebleicht". Der chemisch wirksame Bestandteil des Pfeffers ist ein die Speicheldrüsen reizendes Öl.

Der Zimt stellt keine Frucht dar, sondern ist die Bastschicht mit einem Teil der Mittelrinde des echten Zimtbaumes, welcher der Familie der Lorbeergewächse angehört. Obgleich ausgedehnte Tropengebiete (indisches Festland, Sundainseln, Brasilien, Antillen u. a.) Zimt produzieren, so bleibt doch unbestritten die vorzüglichste Sorte jene seiner Heimat, d. i. Südwest-Ceylon. Als schönste Zimtgärten gelten

die von Colombo, Negumbo, Matura. Zweimal im Jahre, nach Schluß der Regenzeit im Mai, sowie im Oktober, beginnt die Ernte. Die Rinde wird von den haselgertendicken Zweigen abgeschält und getrocknet, wobei sie sich doppelröhrig einrollt, so wie wir sie im Handel erhalten. Die dreijährigen Triebe liefern dabei die beste Sorte, welche nie dicker als starkes Schreibpapier oder Postkartenpapier sein soll. Erste Qualität bleibt der Ceylonzimt, mindere ist der Kassiazimt (China), die geringste Sorte der Holzzimt, der 2—3 Millimeter dick ist. Der Würzgeruch des Zimts ist dem ätherischen Zimtöl zuzuschreiben, von dem eine gute Sorte nicht unter 1 Prozent enthält. Ceylon allein liefert jedes Jahr zwei Millionen Kilogramm Zimt.

Ein beliebtes Gewürz ist der Safran. Wegen seines aromatisch-ätherischen Ölgehalts dient er als Speisewürze, und wegen seines ergiebigen Farbstoffs zum färben von Saucen, Likören, Zuckerwasser und ähnlichem. Infolge seiner spärlichen Ausbeute wird der Safran im Orient gleich in ganzen Feldern angebaut. Der geringe Ertrag an echtem Safran veranlaßte denn auch eine Reihe von Fälschungen, insbesondere im gepulverten Zustande.

Die Gewürznelke ist keine „Nelke", sondern eine Vertreterin der Familie der Myrtenpflanzen, die auf den Molukkeninseln und Neuguinea wachsen. Der Nelkenbaum, der fortwährend beschnitten und etwa zwei Meter hoch erhalten wird, beginnt erst im achten Jahre Blüten zu tragen. Von Ende Oktober an bis Januar werden die noch nicht entfalteten Knospen, das sind unsere Gewürznelken, mit den Stielen der Blüte abgenommen. Mit Erfolg treibt zurzeit Sansibar, Brasilien, Westindien, Réunion die Nelkenzucht. Tiefbraune Farbe, leichte Zerbrechlichkeit, reichliches Austreten von Öl beim Druck mit dem Fingernagel, sind Kennzeichen guter Qualität der käuflichen Ware. Das in den Apotheken erhältliche Nelkenöl findet Anwendung zur Herstellung von Likören, Parfümerien, sowie in der Mikroskopie. Ein Tropfen Nelkenöl auf der Handfläche verrieben und über Gesicht und Hände verstrichen, gilt als Mittel, Stechmücken fernzuhalten. — Verwandt mit den Gewürznelken ist der Piment, auch Jamaikapfeffer, Neugewürz oder Englischgewürz genannt.

In jeder europäischen Küche treffen wir das beliebte Muskatgewürz an. Der zehn bis fünfzehn Meter hohe Muskatbaum auf den Molukken trägt fast das ganze Jahr hindurch seine zahlreichen Blüten und Früchte. Die Frucht ist eine pfirsichgroße Kapsel, die im Reifezustand mit zwei Klappen aufspringt, ähnlich wie unsere Kastanien. Die äußere Fruchthülle ist eine steinharte Schale, unter ihr liegt ein rotgelbes, vielfach verästeltes Häutchen, das ist der Samenmantel. Er dient uns ebenfalls als Gewürz und heißt „Macis". Nächst dem Samenmantel folgt nach innen zu eine fleischige Fruchthülle, und endlich in dieser steckt der Kern, die eigentliche Muskatnuß. Auf der Oberfläche der käuflichen Muskatnüsse läßt sich meist ein weißer Staub beobachten. Es ist Kalkstaub, der davon herrührt, daß die Früchte vor dem Versand in eine Mischung von Kalk- und Meerwasser kommen. Dieser Kalkpuder ist beim Genusse unschädlich, da der Ätzkalk sich mittlerweile durch Aufnahme von Kohlensäuregas aus der Luft in kohlensauren Kalk verwandelt hat. Gute Nüsse sind schwer, hart und innen schwarzbraun marmoriert. Nüsse, die sich beim Durchschneiden leicht zerbröckeln, sind als minderwertige Ware zu beurteilen.

Als Ingwer werden die ästig-gegliederten Seitenknollen, sogenannten „Ingwerklauen", des Wurzelstocks der Stammpflanze Zingiber offizinalis aus der Ordnung der Bananengewächse bezeichnet, als deren Heimat Ostindien gilt. Der Geruch ist kräftig aromatisch, der Geschmack brennend. Der Unterschied zwischen dem „schwarzen" und „weißen" Ingwer besteht darin, daß ersterer ungeschält bleibt und vor dem Trocknen mit heißem Wasser

behandelt wird, letzterer hingegen geschält ist und nicht angebrüht wird. Die bedeutendsten Länder seines Anbaues sind: Westindien, Afrika, Bengalen, Ceylon, Indien, China, die Barbados-Inseln. Ingwer muß stets sorgfältig vor Feuchtigkeit bewahrt bleiben.

Der Wurzelstock der verwandten Art Curcuma longa bildet den sogen. „gelben Ingwer", auch Gelbwurzel und „Gurkemei" benannt. Obwohl er stark aromatischen Gewürzgeschmack besitzt, ist seine Anwendung als Färbemittel häufiger.

Der Paprika, dieses bekannte rote Pulver, ist die gemahlene, lederartige Hülle der „Beißbeere", welche die kleinen, nierenförmigen Samen blasenartig einschließt. Die Pflanze gehört, wie unsere Tomate, zu den Nachtschattengewächsen, stammt aus Südamerika, wird aber jetzt in allen südlichen Ländern Europas kultiviert. Eine ganz besondere Vorliebe für dieses Gewürz, das auch spanischer, türkischer und Cayennepfeffer genannt wird, zeigt das Volk der Pußta. Da das Gewürz die Speicheldrüsen des Körpers zu überreichem Erguß reizt, erzeugt es großen Durst, weshalb es nur spärlich verwandt werden soll.

Ein feines Gewürz ist die Vanille. Sie wird gewonnen aus einer Orchideenblüte Mittelamerikas, wo die Pflanze als Schlinggewächs auf den Bäumen schmarotzt. Die unreife Fruchtkapsel erreicht bei Federkieldicke eine Länge von 22 Cm. und enthält die schwarzen, winzigen Samenkörnchen von köstlichem Balsamduft. Diese Fruchtkapsel, fälschlich Schote genannt, kommt getrocknet in den Handel. Im Kleinbedarf ist Stanniolumhüllung und Verschluß in Glasröhren zweckmäßig. Feinere Sorten sind der Länge nach gerunzelt, weich, fettglänzend und nicht allzu kurz. Nach längerem Lagern scheidet sich an der Oberfläche eine Schicht weißer Kristallnädelchen aus, das Vanillin, der eigentliche Würzstoff. Minder beliebt ist Java-Vanille mit harter Schale; im Aroma nachstehend ist auch das sogen. Vanillon aus Britisch-Guyana, das im Geruch mehr an Waldmeister erinnert.

Zuletzt sei noch eines Gewürzes gedacht, das die Hausfrau meist nur für ihre Weihnachtsbäckereien einkauft, das Kardamomgewürz, bestehend aus den Samenkörnern der ostindischen Kardamompflanze aus der Familie der Bananengewächse. Von den sieben Arten ist die meistgeschätzte jene von Malabar, welche sogar wild wächst.

So mannigfaltig und kräftig auch diese ausländischen Gewürze in ihren Geruchs- und Geschmacksreizen sein mögen, so dürfen wir sie doch nicht hinter unsere einheimischen Gewürzkräuter zurücksetzen. Letztere wirken weniger aufdringlich, aber sie besitzen wieder Eigenschaften, die den fremdländischen abgehen. A. P.

Das Chemischwaschen im Haushalt.

(Nachdruck verboten.)

In den letzten Jahren hat sich das Chemischwaschen im Haushalt in erfreulicher Weise eingebürgert, dank der Kurse, die hiefür in allen größeren Ortschaften unter dem Protektorat von Frauenvereinen abgehalten werden. Die chemische Reinigung der verschiedensten Gegenstände erfordert verhältnismäßig geringe Auslagen, doch müssen die vorkommenden Arbeiten während eines mehrtägigen Kurses regelrecht erlernt werden. Es ist erstaunlich, was alles in einem solchen Kurse gereinigt und aufgefrischt wird: Herren-, Damen- und Kinderkleider, Decken, Teppiche, Felle, Gegenstände aus Wolle, Seide, Sammet und Plüsch, Spitzen, Bänder gehen aus dem Reinigungsprozeß wie neu hervor. Sogar Herrenstrohhüte werden, ohne daß ein Abtrennen des Bandes nötig ist, ins Waschwasser genommen und gebürstet, bis sie wieder tadellos aussehen.

Ein Hauptfaktor zum guten Gelingen ist das Glätten der gewaschenen Sachen im rechten Moment und in richtiger Weise. Das kann nur unter sachkundiger Leitung erlernt werden, wo mit der Zeit nicht allzusehr gerechnet werden muß. In eintägigen Kursen kommen die gereinigten Kleidungsstücke, wenn die Witterung nicht günstig zum trocknen ist, leicht zu naß

unter das Bügeleisen, es kann zu wenig Zeit und infolgedessen auch zu wenig Sorgfalt auf das Bügeln verwandt werden. Wo jedoch keine Gelegenheit zu einem mehrtägigen Kurse geboten ist, sind auch diese kürzeren Kurse empfehlenswert, da von der Leiterin manch guter Rat gegeben wird, den man daheim bei weiterer Übung des Gelernten befolgen kann.

Von großem Werte ist das Auffrischen und Dämpfen der Herrenkleider, dem in länger dauernden Kursen besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird. Keine Frau oder Tochter, die Gelegenheit hat, einen Kurs für Chemischwaschen mitzumachen, sollte solche unbenutzt vorübergehen lassen. Die Freude am Erfolg ist groß und die Auslagen decken sich reichlich. Wir können hier nicht erörtern, welche chemische Seife den Vorzug verdient. Die Hauptsache ist die, daß den Hausfrauen selbst Gelegenheit gegeben wird, die chemische Reinigung selber zu besorgen und sich dadurch manches Kleidungsstück länger zu erhalten.

H.

Haushalt.

Um silberne Bestecke auch bei täglichem Gebrauch glänzend und fleckenlos zu erhalten, ist das häufige Waschen in heißem Wasser, in dem Kartoffeln gekocht wurden, ein vortreffliches Mittel. Dieses Verfahren ersetzt jegliches Putzen. Bei Messern mit Silbergriffen hat man streng darauf zu achten, daß sie niemals ganz ins Wasser gelegt werden, denn dadurch lockern sich die Klingen. Nur diese dürfen mit dem Wasser in Berührung kommen, die Griffe sollen nur mit feuchtem Tuche abgewischt und mit weichem Leder nachgerieben werden. Die Klingen putzt man am besten mit einem in Papierasche getauchten Kork, nur auf diese Weise kann man dem Verschrammen des Silbers vorbeugen und es lange tadellos erhalten. Bei vergoldeten Löffeln, Dessertbestecken, Torten- und Fischschaufeln darf das Spülwasser nicht heiß sein, da es sonst die Vergoldung angreift.

Ist Tafelsilber durch unzweckmäßige Behandlung erblindet oder fleckig geworden, so rühre man Putzkalk mit verdünntem Spiritus zu einem dickflüssigen Brei und reibe die betreffenden Gegenstände damit ein, um sie baldigst in heißem Seifenwasser mit einer weichen Bürste vom Kalk zu reinigen, in klarem, heißem Wasser nachzuspülen und sofort abzutrocknen. Silbergegenstände lassen sich nur gut abtrocknen, so lange sie noch warm sind. Ein Nachreiben mit einem weichen Putzleder gibt ihnen dann noch schönen Glanz.

H.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Reissuppe auf amerikanische Art, Hammelskoteletten, †Blumenkohl mit Speck, *Schokoladentorte.

Dienstag: Erbsensuppe, Schweinsrippchen, Sauerkraut, Salzkartoffeln.

Mittwoch: Nockensuppe, †Eingepackte Bratwurst, *Linsen an einer Sauce, Birnenkompott.

Donnerstag: Mehlsuppe, †Kaninchenfrikassee, †Schwäbische Kartoffelklöße, Endiviensalat.

Freitag: *Gerstensuppe, *Schellfisch, *Grüne Kartoffeln, *Glasierte Apfelschnitten.

Samstag: Zwiebelsuppe, †Gedämpfte Kalbsleber, *Gedörrte Kastanien, Randensalat.

Sonntag: Tropfen-Suppe, †Käse-Pudding, *Gebeizter Filetbraten, Kartoffelpüree, †Orangentorte.

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.

Gerstensuppe mit Kartoffeln für 4 Personen. Bereitungszeit: 3 Stunden. 60 Gr. feine Gerste, 1 1/5 Liter Wasser, 10 Gr. Salz, 10 Gr. Sellerieknolle, 10 Gr. Selleriekraut, 10 Gr. Lauch, 20 Gr. Butter, 15 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt, 250 Gr. geschälte Kartoffeln. Kochzeit: 2 Stunden. Bereitungsweise: Man quellt die Gerste mit dem Wasser aus, kocht den Sellerie, den Lauch und die mit dem Kugelbohrer hergerichteten Kartoffeln 40 Minuten mit. Dann kocht man Liebigs Fleisch-Extrakt in der fertigen Suppe auf und tut 4 Minuten vor dem Auftragen das gewiegte Selleriekraut oder die Petersilie an die Suppe.

Gebeizter Filetbraten. Für 3 Personen. 500 Gr. Filet, Speck, Salz und Pfeffer, Zwiebel und Gelbrübe, 1 Glas Essig, 1 Glas Wein, 1 Eßlöffel Fett, etwas Fleischbrühe. Das enthäutete Filet wird fein überspickt, in eine tiefe Schüssel gelegt und mit halb Essig und Wein übergossen. Der Beize gibt man Zwiebel, Nelke, Lorbeer und Gelbrübe zu und läßt das Fleisch darin 2—3 Tage liegen. Dann läßt man es gut abtropfen, reibt das Fleisch gut trocken, reibt es mit Salz und Pfeffer ein, legt es mit dem Bratengemüse in heißes Fett, bratet es schön gelb und fügt vor dem

Anrichten ein wenig Fleischbrühe zu. Zubereitungszeit ½ Stunde.

Aus „Großes Schweizer. Kochbuch".

Schellfisch gedämpft. Zeit ½ Stunde. 1 Kilo Schellfisch, 40 Gr. Fett, 1 Zwiebel, Petersilie, 2 Dezil. Weißwein, Zitronensaft, Salz. Der gereinigte Schellfisch wird in schöne Vorlegestücke zerschnitten, gesalzen und in das heiße Fett gelegt und auf beiden Seiten etwas angebraten; dann fügt man die feingehackten Zwiebeln und den Wein bei, deckt zu und dünstet etwa ¼ Stunde. Zuletzt wird Zitronensaft darauf geträufelt, die Petersilie darüber gestreut und recht heiß serviert.

Fleischglace (Extrakt). Zeit 4 Stunden. Fleischabfälle aller Art, Schinken, Knochen, Kalbs- oder Schweinsfüße, Suppengemüse, 1 Zwiebel, Salz. Die verschiedenen Fleischstücke und Knochen werden in einen Suppentopf (am besten eignet sich ein irdener) mit so viel kaltem Wasser zugesetzt, daß es einige Centimeter darüber steht. Man kocht langsam, schäumt ab und läßt noch wenigstens 3½ Stunden weiter kochen. Es sollte möglichst wenig gerührt und niemals kaltes Wasser zugegossen werden. Man passiert die Brühe in eine Schüssel und läßt sie an kühlem Orte erstarren. Diese Glace wird zur Verbesserung von Suppen, Saucen und Fleischgerichten verwandt. Aus „Gritli in der Küche".

Grüne Kartoffeln für 4 Personen. Bereitungszeit: 1¼ Stunden. 1 Kilo Kartoffeln, mit der Schale gekocht, 50 Gr. Schweinefett, 40 Gr. Mehl, 25 Gr. Petersilienkraut und Schnittlauch, fein gewiegt, 10 Gr. Butter, Wasser, Salz, 10 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt. Bereitungsweise: Die Kartoffeln werden in der Schale weichgekocht, aber nicht zu lange, damit sie nicht zerfallen. Während die Kartoffeln kochen, bereitet man die Sauce. Das Mehl wird mit dem Fett hell geröstet und mit ⅘ Liter Wasser 10 Minuten ausgequellt. Liebigs Fleisch-Extrakt und das Salz werden in der Sauce aufgekocht. Die abgedampften Kartoffeln werden geschält, in 3 Millimeter starke Scheiben geschnitten und noch heiß in die bereitstehende Sauce gelegt. Vor dem Anrichten wird das etwas abgekühlte Gericht noch heiß gemacht. Dann gibt man erst die feingewiegten, in der Butter einmal aufgekochten Kräuter dazu.

Linsen an einer Sauce. 500 Gr. Linsen werden über Nacht in Wasser eingeweicht, am folgenden Tag im kochenden Wasser 1 bis 2 Stunden weichgekocht. 100 Gr. Fett, 2 bis 3 Zwiebeln, 120 Gr. Mehl zusammen gedämpft, mit 1 Liter Linsenwasser oder Fleischbrühe verrührt; 5—10 Minuten kochen lassen, nach Belieben ein wenig Essig darunter mischen und dann die Linsen mit der Sauce noch aufkochen. Preis für 8 Personen 80 Cts., für 1 Person 10 Cts.

Gedörrte Kastanien. 1½ Kilo gedörrte Kastanien werden am Abend eingeweicht, am Morgen von den Häutchen befreit, mit Salzwasser, das darüber steht, zugesetzt und weich gekocht. Das Wasser muß ganz einkochen. Nach Belieben kann man 3 Löffel Zucker braun rösten und die Kastanien darin umschwenken. Für Kochkiste 15 Minuten Vorkochzeit. Preis für 8 Personen 55 Cts., für 1 Person 7 Cts.

Aus: Flugblatt des Schweiz. Gem. Frauen-Vereins.

Glasierte Apfelschnitten. Ein durchgestrichenes Apfelmus vermischt man mit ausgequellten Korinthen, gehackten Mandeln, an Zucker abgeriebener Zitronenschale und Zucker, streicht diese Fülle auf länglichviereckige Platten von Butterteig, deckt eine Teigdecke darüber, bestreicht diese mit Ei und bäckt sie schön hellbraun. Dann schneidet man zwei fingerbreite Streifen davon, bestreicht sie mit gezuckertem Eierschnee und überbäckt sie nochmals.

Schokoladentorte. 125 Gr. Butter, 6 Eier, 200 Gr. Zucker, 250 Gr. Schokolade, 125 Gr. Mehl. Man rühre die Butter schaumig, gebe die Eigelb und den Zucker zu und rühre dies zusammen tüchtig. Nun fügt man das Mehl, die geriebene Schokolade und zuletzt den Eischnee zu, füllt die Masse in die gut bestrichene Form und bäckt die Torte bei mäßiger Hitze.

Aus „Großes Schweiz. Kochbuch".

Gesundheitspflege.

Kopfmassage. Als Haarpflegemittel empfiehlt Dr. Orlowski in seiner Schrift „Die Schönheitspflege" die Kopfmassage. Sie besteht beim Manne in der täglichen Anwendung eines dichten Kammes vor dem Waschen und einer energischen Bürstung nachher; bei der Frau in der täglichen Anwendung eines weiten Kammes, der nicht nur durch das Haar durchfahren, sondern den Haarboden drückend über die Kopfhaut gleiten muß. Bei der Frau ist außerdem einmal wöchentlich das Zupfen der Haare erforderlich. Es wird dies folgendermaßen ausgeführt: die gespreizten Finger beider Hände fahren ins Haar, fassen an den verschiedensten Stellen einige Zentimeter über der Kopfhaut die Haare und führen ruckweise Ziehungen aus. Dann werden die Haare zusammengelegt, die Rechte faßt das ganze Bündel an der Spitze, legt es über den linken Unterarm, der über dem Kopfe gehalten wird, und zieht jetzt ruckweise nach unten, so daß die ganze Kopfhaut über den Hebel des linken Armes gleichmäßig gedehnt wird. Als drittes fahren die Finger beider Hände dicht aneinanderschließend wie ein Kamm durchs Haar und entfernen so die

gelockerten Haare. Bürsten und Kämme müssen sauber gehalten sein. Auch wenn man die Bürsten nur selten braucht, wird es gut sein, sie gelegentlich zu reinigen. Anleitung hiezu gibt die letzte Nummer (Seite 5).

Mitesser sind in den Drüsenausgängen festgesetzter Hauttalg, deren obere Spitze einen schwarzen Punkt bildet. Wenn sie ihren Sitz im Gesicht haben, so leistet täglich ein Gesichtsdampfbad gute Dienste, sonst täglich ein Bad von 28° R. mit nachheriger kühler Dusche, frottieren der Haut mit kaltem Wasser, ein bis zweimal wöchentlich milde Dampfbäder mit nachfolgender kalter Begießung, Massage des Körpers, sowie Vermeidung aller schwerverdaulichen Speisen, Fette und Gewürze.

Krankenpflege.

Als wirksames **Mittel gegen Ischias** wird empfohlen: das kranke Bein mit lauwarmem Wasser zu waschen, hierauf mit zwei bis drei Theelöffeln Rheumasan einzureiben und mit einer dünnen Schicht geleimter Watte zu umhüllen, die erst nach zwölf Stunden entfernt wird. Alsdann wird die Haut mit lauwarmem Wasser gut abgewaschen und abgetrocknet und aufs neue mit Rheumasan eingerieben. Diese Prozedur nimmt man zwei Tage je morgens und abends vor, worauf eine zweitägige Pause eintritt. Nötigenfalls wiederholt man das Verfahren. —e—

Bei **hartnäckigem Nasenbluten** ist die Anwendung kalter Umschläge oder einer Eisblase im Nacken von guter Wirkung.

Die **Desinfektion des Krankenzimmers** mit seinen Möbeln geschieht so, daß nach vollständiger Abdichtung des Raums (Einschieben von Wattestreifen in Tür- und Fensterritzen u. s. w.) in diesem ein Gas entwickelt wird, welches alle etwa vorhandenen Keime sicher tötet. Ziemlich allgemein wendet man dafür das Formaldehyd an. Es wird durch einen besonderen Apparat entwickelt und muß in dem verschlossenen und abgedichteten Zimmer mindestens 24 Stunden lang auf Wände, Fußboden, Möbel und was sonst noch in dem Zimmer sich befindet, einwirken. Nachher wird dann durch Lüften das Gas, welches stechend riecht und sehr stark zum niesen reizt, wieder aus dem Zimmer entfernt.

Zu empfehlen ist, wenn es sich um eine schwere Infektionskrankheit handelt, die Zimmerwände schließlich auch neu zu tapezieren oder zu streichen, und ebenso Fußboden, Fensterrahmen und Decke mit neuem Anstrich zu versehen. Aus „Gesundheitslehre“, von Dr. A. Schmidt.

Kinderpflege und -Erziehung.

Zum **Gehen** sollen kleine Kinder niemals gezwungen oder auch nur angeregt werden. Sobald die Knochen fest genug sind, den Körper zu tragen, geht das Kind von selbst. Vorzeitige Versuche begünstigen das Krummwerden der Beine.

Gegen **Hautkrankheiten der Kinder** wendet man mit Erfolg Kleiebäder an; man bereitet sie, indem man ½ Kilo Weizenkleie in mehreren Litern Wasser abkocht, letzteres durch ein leinenes Tuch seiht und dann dem Badewasser beifügt. —r.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Das Umpflanzen der Zimmergewächse ist vom Januar bis März vorzunehmen. Man verfährt dabei folgendermaßen: Die Pflanze wird aus dem Topfe gehoben, indem man die linke Hand auf dessen Oberfläche so legt, daß der Stamm oder der untere Teil zwischen den ausgespreizten Mittelfingern herausragt, dann dreht man das Ganze um, so daß die Krone nach unten gerichtet ist, und stößt mit dem Topfrande einigemal leicht auf den Tischrand auf, worauf man mit der rechten Hand den Topf abnehmen kann und nun den bloßen Ballen vor sich hat. Ist er sehr durchwurzelt und durchfilzt, so schneidet man mit einem scharfen Messer rundherum und am Boden den Filz ab und lockert mit einem spitzen Hölzchen zwischen den Wurzeln den übrigen Ballen sorgfältig auf. Zeigt er sich wenig oder gar nicht durchwurzelt und sind die Wurzeln krank, so ist anzunehmen, daß die Erde der Pflanze nicht zugesagt hat. In solchem Fall darf man den Ballen durch abschütteln auflösen, die Wurzeln durch spülen im Wasser abwaschen und und sämtliche kranken Wurzeln wegschneiden. Nun nimmt man einen neuen oder einen sauber gewaschenen alten Topf, der jedoch nur etwa 2 Cm. größer sein sollte als der frühere, bedeckt das Abzugsloch mit einer Scherbe, gibt noch eine Lage zerschlagener Scherben oder Holzkohle oder auch Moos darüber und dann eine Schicht frischer Erde, die man andrückt. Hierauf setzt man den Ballen, der so hoch stehen darf, daß er etwa um ½ Cm. vom Topfrande überragt wird, füllt ringsum frische Erde ein, die man mit einem flachen Holze festdrückt, und fährt so fort, bis der Topf gefüllt ist. Der Stamm soll genau in die Mitte kommen. Der Ballen soll beim Umpflanzen noch feucht sein, sonst nimmt das Wasser beim Gießen seinen Weg durch die frische Erde und die Pflanze muß vertrocknen. Dieser Übelstand tritt auch ein, wenn die frische Erde nicht fest genug ein-

gedrückt wurde. War der Ballen beim Umpflanzen schadhaft, so daß er auseinander fiel oder mußten kranke Wurzeln entfernt werden, so muß man die Pflanze einige Tage lang beschattet halten; bei einem Ballen, der gut zusammenhielt, kann die Pflanze sogleich wieder an Licht und Luft gebracht werden.

-m-

Tierzucht.

Zimmer-Aquarium. Der Standort für das Aquarium muß so gewählt werden, daß es nicht anhaltend der Sonne ausgesetzt ist, weil das Wachstum der Algen dadurch begünstigt wird, was eine Trübung der Scheiben zur Folge hat. Durch die grünen, schleimigen Fäden wird der Blick in das Aquarium gehindert; ein öfteres gründliches Reinigen des Gefäßes ist unerläßlich. Im Sommer ist das Wasser etwa alle vier Wochen, im Winter alle zwei bis drei Monate durch frisches Flußwasser zu ergänzen. Man läßt hiefür durch einen Heber das alte Wasser herauslaufen, indem man beim Ausflußende ein Sieb plaziert, um etwa durchgeführte kleine Tiere nicht zu verlieren. Bei großer Hitze im Sommer oder bei hoher Zimmertemperatur im Winter muß das Wasser noch öfter erneuert werden. Ein sicheres Zeichen für nötigen Wasserwechsel ist es, wenn die Fische nach der Oberfläche kommen und beständig nach Luft schnappen. Futter gebe man täglich nur so viel, als die Fische sofort verzehren. Das geeignetste Futter sind Wasserflöhe, wie sie in jedem Teiche zu finden sind. Fehlen diese, so gibt man Piscidin, das in jeder Aquarienhandlung erhältlich ist, oder einige getrocknete Ameiseneier, von denen für einen Fisch pro Tag 3—4 Stück genügen. Wird zuviel gefüttert, so trüben die verwesenden Futterstoffe das Wasser und machen es untauglich. Um das Wasser frisch und rein zu erhalten, setze man Wasserpflanzen hinein. Wenn sich an den Glaswänden Algen ansetzen, so gebe man kleine Sumpfschnecken hinein, die die Algen verzehren. St.

Der Star ist der Spaßmacher unter den Vögeln. Zum sprechenlernen ist er der gelehrigste in der Vogelwelt. Zu lustigen Streichen stets aufgelegt, erobert er die Herzen seiner Umgebung im Sturm. Sein Gesang, wenn man ihn so nennen darf, besteht in pfeifenden, klappernden und schnurrenden Lauten, wobei er sich aufbläst und fortwährend schüttelt. Sein Unterhalt ist nicht teuer; er begnügt sich mit Universalfutter oder geriebener Semmel, mit Mohrrüben vermischt. Obst frißt er leidenschaftlich gern. Badewasser gehört zu seinem Leibesbedürfnis; dieses wird ihm in einer flachen Waschschüssel hingestellt; er macht mit sichtlichem Behagen Gebrauch davon.

Frage-Ecke.

Antworten.

106. Ein **Kochherd**, der selten gebraucht, doch beim Kochen auf Gas, bei diversen Küchenarbeiten und vom Dampf stets rostig wird, sollte mit Schmirgel (event. vom Schlosser) gründlich gereinigt und dann mit gutem Lack angestrichen werden. Die Herdplatte, ebenso die Bratröhren, belegte ich nach Einfetten mit säurefreiem Fett (sogen. Gewehrfett) vielfach mit Zeitungen und ließ mir darüber eine Tischplatte aus Tannenholz machen. Der Papierbelag wird von Zeit zu Zeit erneuert, die Holzplatte zum fegen natürlich abgenommen. Auf diese Weise wurde mein Kochherd ein schönes, praktisches Küchenmöbel. Frau E. G.

1. Sicher kann jede intelligente Frau nach einem Kochbuche **kochen lernen**, wenn ich auch nicht bestreiten will, daß die ersten Experimente Lehrgeld kosten werden. Eines der belehrendsten Kochbücher ist meiner Ansicht nach dasjenige von A. Buchhofer, Küchenchef und Kochlehrer in Bern, doch eher passend für herrschaftliche oder Pensionsküche, als kleinen bürgerlichen Haushalt. Haben Sie das „Gritli in der Küche" von Emma Coradi-Stahl? Es birgt eine Fülle beherzigenswerter Anregungen und gute Rezepte. Wenn Sie dann noch Ihre Bibliothek mit einem vegetarischen Kochbuche vervollständigen, aus den im Anfange gemachten Fehlern Nutzen ziehen und sich nicht entmutigen lassen, pünktlich und fleißig sind, dann werden Sie sicher Ihren Tisch gut bestellen lernen.

Frau E. G., veget. Kochlehrerin.

1. Ich hatte in meiner zu kurzen Brautzeit auch nicht Gelegenheit gehabt, das **Kochen** zu erlernen. Da ich befürchtete, ich könnte nicht gut genug kochen, zog ich eine patentierte Kochlehrerin zu Rate. Diese riet mir, das Kochbuch von Anna Boßhardt, ehemals Kochlehrerin an der städt. Gewerbeschule Zürich, zu kaufen. Dieses ist erhältlich in der Buchhandlung Schultheß & Co., Zürich, à Fr. 2.50. Ich, wie andere Hausfrauen, benutzen es mit bester Zufriedenheit. An Freude und gutem Willen an dieser und anderer Arbeit darf es bei ungelernten Hausfrauen nicht fehlen.

Eine eifrige Hausfrau.

2. Es kommt ganz darauf an, ob die **elektrische Kraft** bei Ihnen hoch oder niedrig im Preise steht. Meist wird dieselbe für sog. technische Zwecke im Gegensatz zu Beleuchtungszwecken, wie Heizung, Bügeleisen, Kochapparate billiger berechnet. Es erfordert besondern Zähler und besondere Leitung, kostet also vorerst Installation, dann Zählermiete, Anschaffung der teuern Apparate. Für Zubereitung des ersten Frühstücks, Nachmittagsthee, einfaches Abendessen ist dies sicher die

idealste Kochstelle, doch wohl eher Störungen unterworfen als Gaskocher, abgesehen davon, daß die Anschlußkabel sehr sorgfältig behandelt sein müssen. Vielfach findet man jetzt im Speisezimmer eine lektrische Wärmeplatte zum warmhalten der Speisen während dem Essen, event. kann darauf auch Kaffee, Milch &c. gekocht werden. Frau E. G.

2. Das Kochen mit **Elektrizität** kommt teurer als mit Gas. Frau Sch.

3. Der Boden, Unterlage für **Linoleum**, sollte eben nicht aus Zement hergestellt sein, sondern aus einer Mischung von Zement und Sägemehl, warm und schalldämpfend, oder es wird Korklinoleum, 7—9 Millimeter dick, verwandt, das viel wärmer ist, doch bedeutend teurer zu stehen kommt. Holzböden sind als Unterlage weniger zu empfehlen, weil sie in gewöhnlicher Ausführung nicht glatt genug sind und sich das Linoleum an erhöhten Stellen zu rasch abnützen würde. Parkettunterlage für Neubau ist viel zu teuer für Mietshäuser. Hausfrau.

3. In unserm neuen Hause haben wir **Zementböden mit Inlaidbelag.** Aus Erfahrung rate ich Ihnen ab, solche erstellen zu lassen; ich gebe nur dieser modernen Bauart Schuld, daß wir seither mit Rheumatismus behaftet sind. Teilweise sind unsere Böden unter dem Inlaid mit Filzunterlage versehen, aber auch diese Zimmer sind viel kälter als diejenigen mit Holzböden. Inlaid oder Linoleum wirkt viel kälter als Parkett, aber Zement oder Gips sollte man in Wohnräumen direkt verbieten. Frau Sch.

Fragen.

4. Würde vielleicht eine Leserin einen **Kitt** bezeichnen können, mit welchem gebrochener Marmor (kleine Stücklein), ebenso ein gebrochener Tongegenstand wieder zusammenzukitten wären? Langjährige Abonnentin.

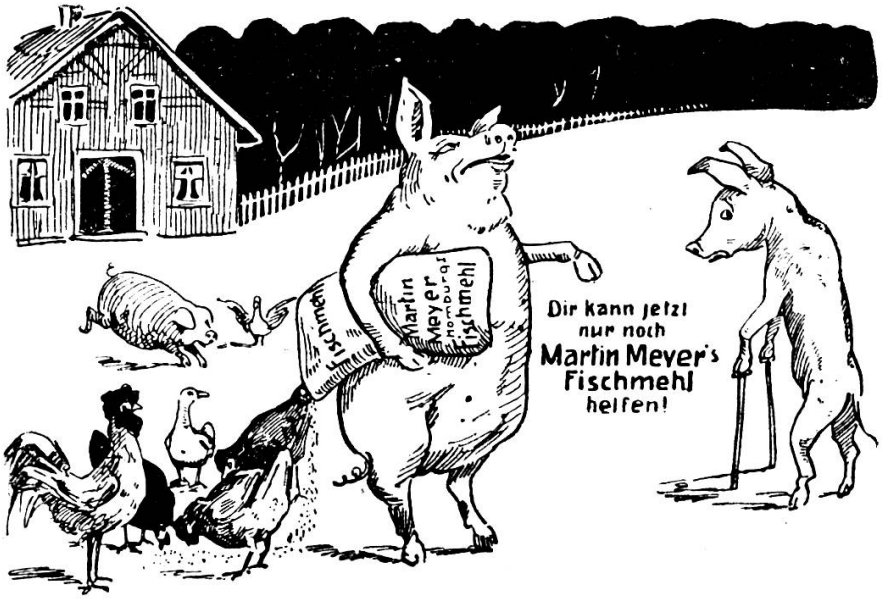
5. Ist die **Damenschuhmacherei** aus der Mode gekommen? Man hört nichts mehr davon. Es würde mich interessieren, zu erfahren, ob es sich nicht wenigstens für Hausschuhe noch lohnt, dieses „Handwerk" zu erlernen. Wo bezieht man das Material? Leserin.

6. Wer sagt mir, wie man **Zeitschriften** gut selbst bindet? Ich möchte den Buchbinderlohn sparen. Fleißige Hausfrau.

Hermann Weilenmanns
Eier-Teigwaren

Alle unsere Pakete tragen diese Schutzmarke und die Empfehlungsmarke der Sozialen Käuferliga der Schweiz.

Schweinezüchter und Schweinemäster



verbessert Betriebserfolge durch Verfütterung von

Martin Meyer's Fischfuttermehl.

Grosse Zahl langdauernder Versuche beweisen die **Unübertrefflichkeit** dieses Futtermittels als Beifutter für Schweine. Höchster Eiweissgehalt, Fleischbildner.

In Quantitäten von 50 Kilo an zu beziehen durch die

Mostereigenossenschaft Scherzingen-Münsterlingen (Thurgau).

Abteilung: Futterwarenhandel.

Generalvertretung für die Schweiz.