

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

Band: 21 (1914)

Heft: 5

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- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich 4.

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. 5. XXI. Jahrgang.

**Erscheint jährlich in
26 Nummern.**

Zürich, 28. Februar 1914.

Was verkürzt mir die Zeit?
Tätigkeit!
Was macht sie unerträglich lang?
Müßiggang!
Was bringt in Schulden?
Harren und Dulden!
Was macht gewinnen?
Nicht lange besinnen!
Was bringt zu Ehren?
Sich wehren!

Goethe.



Hauswirtschaftliche Reformen.

(Nachdruck verboten.)

Jedes Gebiet muß sich Reformen gefallen lassen, die entweder ihre Ursache in modernen Anschauungen, in neuen Erfindungen haben oder oft auch der Sucht, etwas Neues zu schaffen, zuzuschreiben sind. Aber auch äußere Umstände verlangen nach bessern, nach zeitgemässern Einrichtungen, die eine Erleichterung, sei es im Fortkommen oder in der Arbeit, für den einzelnen bedeuten sollen. So großem Interesse man auf dem Gebiet der Pädagogik, der sozialen Fürsorge, dem Gewerbe, der Industrie &c. begegnet, die Neuerungen studiert, sie prüft und

einzuführen bestrebt ist, so langsam finden aber Reformen Eingang, wenn sie sich auf das hauswirtschaftliche Gebiet erstrecken.

Die Klage über unzuverlässige Dienstboten hört nicht auf. Dieses Thema bildet das Gespräch bei Besuchen, Begegnungen; in verschiedensten Variationen geben die Frauen ihre Erfahrungen zum besten, während die Eheherrn ungehalten über die oft unerträglichen Zustände, die ungeschickte Hilfskräfte im häuslichen Kreise hervorrufen, ihrem Ärger am Wirtstische Luft machen. Wohl fragt sich mancher, ob die Sache nicht zu ändern sei; doch glaubt manche Frau mit Vor- und Nachgeben, event. mit Einstellen eines neuen Dienstmädchens dem Uebelstand abzuweichen.

Aber selten wird dadurch eine Besserung erzielt, und die alte Klage taucht, vielleicht in etwas anderem Wortlaut wieder auf. Und doch könnte das Klagelied an vielen Orten verstummen, wenn von Seite der Hausfrau guter Wille und Arbeitsfreude, von Seite des Hausherrn Opferwilligkeit und Einsicht als Mithelfer zu einer Reform auf diesem Gebiete zugezogen würden. Die Hausfrau bringe die Mühe in Anrechnung, die sie hatte, um immer wieder

ein neues Dienstmädchen anzulernen, und all den Verdruß und den Schaden, der durch öftern Wechsel notgedrungen entstehen muß und sie wird finden, daß es leichter und angenehmer ist, den Haushalt selbst zu besorgen. Aber es müssen Neuerungen eingeführt werden, die vielleicht momentan größere Ansprüche an den Geldbeutel des Hausherrn machen. Diese Ausgaben sind aber nur scheinbar groß, denn sie machen sich bald in dieser oder jener Form bezahlt.

In erster Linie müßten die modernen Einrichtungen nutzbar gemacht werden, die eine Vereinfachung des hauswirtschaftlichen Betriebes bedeuten. Die Wohnung ist weitläufig, die Fußböden geben viel Arbeit, auch wenn noch eine Aushilfe zugezogen wird; die Kocharbeit nimmt viel Zeit weg, die man sonst zu Näh- und Flickarbeiten verwenden konnte. Man wähle deshalb für die Zimmer, die stets bewohnt werden, Linoleumbelag, der feucht aufgenommen werden kann; man stelle nicht Gegenstände auf, die besonderer Sorgfalt bedürfen, sondern man ordne den hauswirtschaftlichen Betrieb so, daß er ohne große Mühe in Gang gesetzt werden kann, und ziehe Familienglieder zur Mitarbeit heran. Anfänglich wird das etwas Unbehagen hervorrufen, wenn aber dafür die früher lautgewordenen Klagen verstummen, wird jedes Familienglied gerne einen Teil der Hausarbeit, die ja gesunde Abwechslung bietet, auf sich nehmen.

In der Küche läßt sich manche Vereinfachung und Verbesserung einführen. Die Geschäfte, die Haushaltungsartikel führen, beklagen sich oft über die Interesslosigkeit der Frauen gegenüber Neuheiten auf dem Gebiet der Küche. Etwas Wahres ist daran, denn lieber stehen die Frauen zwei oder drei Stunden am Herd, damit nichts anbrennt, statt daß sie einen, momentan hoch scheinenden Betrag für Küchenneuheiten, die sich als praktisch bewährt haben, und zugleich eine Arbeits- oder Heizersparnis bedeuten, ausgeben. Wie große Mühe braucht es z. B. die

Kochfiste oder den Selbstkocher bekannt zu machen, geschweige denn in Gebrauch zu bringen! Es fehlt zum großen Teil an dem warmen Interesse für die Sache selbst!

Wohl werden auch Neuerungen auf den Markt gebracht, die sich vorteilhaft für den Fabrikanten erweisen, aber nur selten für die bürgerliche Küche Verwendung finden können. Aber eine Reihe von Apparaten bedeutet für die Küchenarbeit eine Vereinfachung und auch eine Ersparnis an Brennmaterial. Maschinen aller Art, Hackmaschinen, Reibmaschinen &c. haben für die Hausfrauen Wert. Das Kochen mit Gas, mit elektrischer Kraft, mit verbesserten Grudeöfen &c., die Etagen- und Zentralheizungen, die Einrichtung von Waschküchen, Hängerräumen, Bügelzimmern u. s. w. dienen zur Vereinfachung der hauswirtschaftlichen Arbeiten. Entgegen der frühern Art, Kupfer-, Nickel- und anderes Geschirr, blank gepußt aufzustellen, als Augenweide für die Hausfrau, werden nun die Küchenwände mit Schränken versehen, in die alles Geschirr eingeschlossen wird, damit man weniger Putzarbeit damit hat.

Dann bietet die Nahrungsmittel-Industrie manche Neuerung, durch die verschiedenen Konserven, Suppenpräparate u. s. w. Das Selbstkonservieren von Obst, Gemüse und Fleisch im Sommer oder zu Zeiten, wo gute Einkaufsgelegenheiten sich bieten oder freie Zeit, wird als großer Vorteil im modernen Haushalt empfunden. Kurz, von den verschiedensten Seiten wird Gutes und Vorteilhaftes geboten, das von der Hausfrau berücksichtigt werden kann und soll. Also unterziehe sie, sich wo es angeht, der Hausarbeit selbst, besonders dann, wenn sich der Gatte momentan mit Mehrauslagen zur Anschaffung bewährter Neuheiten einverstanden erklärt.

Das „non plus ultra“ der Gegenwart auf dem Gebiete der hauswirtschaftlichen Reform bedeutet das Einküchenhaus, das wohl an verschiedenen Orten ins Leben gerufen worden ist, aber sich in der bestehenden Form als zu teuer erweist. Den ersten Gründungen solcher Einküchenhäuser

wurde in den verschiedensten Kreisen großes Interesse entgegengebracht, erwartete man doch von dieser Neuerung Erlösung von der Dienstbotennot und Erleichterung im hauswirtschaftlichen Betrieb. Doch kann bis zur Stunde noch von keiner derartigen Einrichtung gesagt werden, daß sie sich bewährte und daß damit eine Reform geschaffen worden sei, welche für die Zukunft auf hauswirtschaftlichem und sozialem Gebiet von Nutzen sein wird. Wohl heißt es, daß sich in Amerika das Einküchenhaus bewähre, aber unsere Lebensanschauungen und -Gewohnheiten sind andere, als die jenseits des Ozeans.

Für die Kreise — welche des Einküchenhauses zur Erleichterung des hauswirtschaftlichen Betriebes dringend bedürfen — nämlich die Arbeiterkreise, wo Mann und Frau verdienen müssen, ist die Reform in der jetzigen Gestalt nicht denkbar; da alle Einrichtungen viel zu teuer sind, werden wohl noch Jahre vergehen, bevor solche Reformen von der Allgemeinheit begrüßt und gewünscht werden; auch spielt die „Magenfrage“ keine unbedeutende Rolle. Raum vier Familien würden in einem sog. Einküchenhaus zu finden sein, die kritiklos mit einem wenig Abwechslung bietenden Speisezetteln vorlieb nehmen würden. Dazu kämen noch die steten Klagen und Bemerkungen: „Das kann ich so gekocht nicht essen; jenes verträgt mein Magen nicht!“ u. s. w. Wer möchte Leiterin oder Köchin eines solchen Einküchenhauses sein?

Jedenfalls wird die erstvorgeschlagene Reform: Anschaffung praktischer Apparate, Einrichtung bewährter Neuerungen auf hauswirtschaftlichem Gebiet, welche eine Zeit- und Müheersparnis bedeuten, durchführbar sein. Diese Reform wird auch eine Ersparnis an Geld (Monatslohn und Beköstigung des Dienstmädchens) bedeuten und — zugleich eine bessere Wertschätzung der Hausarbeit zur Folge haben. Vor kurzem meinte eine junge Frau, der ich riet, wenigstens den Versuch zu machen, den Haushalt selbst zu besorgen: „Mein Mann schätzt mich deswegen nicht höher,

ob ich mich der Mühe und Arbeit unterziehe oder nicht!“ Die Frau mag vielleicht recht haben, aber es würde sich lohnen, einen Versuch zu machen. Gewiß bekäme mancher Eheherr dann einen Einblick in die hundert kleinen Arbeiten des Haushalts, wenn die Gattin sich entschloße, den Haushalt selbst zu besorgen. Der einsichtige Gatte würde sich freiwillig mancher Arbeit unterziehen, wie dies der Amerikaner des Mittelstandes seit langem tut. Jedes Kind sollte zur Mithilfe herangezogen werden; die gemeinsame Besorgung der Hauswirtschaft wäre sicher eine Quelle von kleinen Freuden und würde das Gefühl der Zusammengehörigkeit stärken; sie hätte also auch ethischen Wert!

Gesundheitlich würde sich sicher manche Hausfrau dabei wohler fühlen, denn kein Beruf bietet so viel Abwechslung, wie der hauswirtschaftliche; er hält Geist und Körper frisch, wenn mit gutem Willen, gründlicher Kenntnis und warmem Interesse alle Obliegenheiten erfüllt und für das häusliche Behagen gesorgt wird. Man bedenke, daß nicht nur die vielen, oft unüberlegten Anforderungen an die Dienstmädchen die Schuld daran tragen, daß dieser Beruf verpönt wird. Viele Frauen, die beständig in Dienstbotennot sind, die sich stetsfort über die häuslichen Hilfskräfte, die Dienstboten beklagen und doch die Arbeit nicht selbst tun wollen, tragen durch ihre Mißachtung der Hausarbeit dazu bei, daß sich gute Elemente von diesem Berufe fern halten. Auf der einen Seite strebt man danach, die Mädchen, ähnlich den Rekruten, zu einem Dienstjahr zu verpflichten, um hauswirtschaftlich tüchtig zu werden und bessere Grundlagen für die Familie zu schaffen, auf der andern Seite machen sich Bestrebungen bemerkbar, welche der vollständigen Emanzipation von der hauswirtschaftlichen Arbeit gelten.

Es gibt Verhältnisse, wo das Dienstmädchen unentbehrlich ist, und würde dieses als Gehilfin im besten Sinne geachtet und geschätzt, so würde auch auf diesem Gebiete manches besser werden. Im Dienstmädchenstand sind Reformen ebenso not-

wendig, wie bei der Arbeit, die ihnen zugewiesen ist.

Zu wünschen wäre, daß für die arbeitenden Kreise sogen. fahrende Küchen (wie beim Militär) als Vorläufer des Einküchenhauses von gemeinnützigen Gesellschaften, Konsumvereinen oder ähnlichen Institutionen probeweise eingeführt würden. Wie viele würden einer mittags vorbeifahrenden Küche Suppe, vielleicht auch Fleisch und Gemüse abkaufen, um es in den eigenen vier Wänden zu verzehren! Gewiß gäbe es auch ständige Abnehmer, denen die „fahrende Küche“ das Gewünschte vor's Haus brächte. Wäre das nicht ein erwägenswertes Problem, das auch zu den Aufgaben gehört, die zur Bekämpfung des Alkoholmißbrauchs und der Tuberkulose dienen?

Durch die hauswirtschaftlichen Kurse werden Neuerungen und Verbesserungen bekannt gemacht; es wird auch Anregung zu weiteren Proben gegeben. Die Brücke ist dadurch gebildet, die hinüberführt in den eigenen Haushalt und das Bestreben wach hält, einer gesunden, zweckmäßigen Lebensweise Eingang zu verschaffen. Bedeutungsvoll wird auch das Vorgehen der Berliner Vereinigung für moderne Frauenwohnungen bleiben, die unter anderm von den Mitgliedern verlangt, daß sie die Zimmerreinigung selbst besorgen und dadurch den Betrieb erleichtern. Doch ist dies nicht der einzige Grund; man hofft, daß die Verrichtung der sogen. groben Arbeit durch gebildete Frauen — das sind die Mitglieder der genannten Vereinigung — soziale Abstände überbrücken helfe.

Wenn in besser situierten Kreisen die Hausfrau sich nicht jeder Hausarbeit enthält, als sei sie dazu zu gut, so kann das nur von gutem Einfluß auf sozial tiefer gestellte Mittelschwestern sein; auch diese kommen dann nach und nach dazu, sich für Neuerungen und Verbesserungen auf hauswirtschaftlichem Gebiet zu interessieren und bringen kleine Opfer zu deren Beschaffung, um rationeller wirtschaften zu können.

In allen Kreisen soll das Interesse für hauswirtschaftliche Reformen geweckt werden. Vielleicht finden erfahrene Frauen und Männer dann auch den Weg, auf welchem es möglich wird, der beruflich tätigen oder der durch Mutterpflichten zu stark in Anspruch genommenen Frau die hauswirtschaftliche Arbeit zu erleichtern, ohne daß bedeutende Mehrausgaben oder allzu große Anforderungen an ihre physische Kraft gestellt werden müssen. Ob sich der in Deutschland seit zwei Jahren bestehende Hauschwesternverband in dieser Hinsicht als zeitgemäße Neuerung und Verbesserung bestehender Abstände bewährt, werden erst die kommenden Jahre lehren. Das Interesse für hauswirtschaftliche Reformen bleibe wach, es ist von großer Bedeutung für den zukünftigen Haushalt, also auch für die Familie und das häusliche Behagen.

Rosa Gutersohn.



Warum benutzt man zum reinigen fettiger Gefäße heißes Wasser oder heiße Sodalösung?

Weil dann das unlösliche Fett schmilzt oder in lösliche Seife umgewandelt wird und leicht herausgespült werden kann. Die Reinigung fettiger Gefäße ist deshalb so schwer, weil das Fett sich im Wasser nicht auflöst. Es wird durch kaltes Reinigungswasser gar nicht angegriffen und bleibt daher an der Gefäßwand haften. Nur wenn das Wasser sehr heiß ist, gelingt die Reinigung. Denn dann schmilzt das Fett; die geschmolzenen Tröpfchen schwimmen auf dem Wasser und können mit diesem herausgespült werden. Das Fett wird also durch das heiße Wasser abgeschwemmt. Sobald aber das Wasser nicht so heiß ist, daß Fett darin schmelzen kann, versagt dieses Verfahren völlig, und das Gefäß bleibt unsauber. Noch weit wirksamer als heißes Wasser ist heiße Sodalösung. Soda ist kohlensaures Natrium. Die Fettsäure des Fettes treibt die Kohlenäure der Soda aus und verbindet sich mit dem Natrium zu fettsaurem Natrium. Fettsaures Natrium aber ist Seife, und diese neugebildete Seife löst sich sogleich im Spülwasser auf und wird mit diesem fortgegossen. Durch Anwendung der Sodälösung wird also das unlösliche Fett in lösliche Seife umgewandelt. Die Lösung muß heiß angewandt werden, weil sich die Verbindung der Fett-

säure mit dem Natrium nur in der Hitze vollzieht. Ubrigens ist auch die Seife in heißem Wasser leichter löslich als in kaltem.

Agar-Agar ist ein der Gelatine ähnliches Bindemittel; es wird aus Tangpflanzen, die an der ostindischen Küste vorkommen, gewonnen und vielfach in der Krankenküche verwendet.

Das Zinn ist ein selten gediegen, meist in Erzen vorkommendes Metall, das bei unsern Vorfahren schon seit der Urzeit bekannt und wegen seines silberähnlichen Aussehens und seiner leichten Behandlungsweise sehr beliebt gewesen ist. Es pflegt aus Gründen der Verarbeitung mit etwas Blei versetzt zu werden, das aber seiner Giftigkeit halber gesundheitlich nicht über 5% ausmachen darf. Mit Blei vermischt dient es als Schnellot der Spengler, ferner zum verzinnen der Eisenwaren (Draht, Kochgeschirr); fein gewalzt wird es unter dem Namen Stanniol oder Zinnfolie zum Einpacken feiner Nahrungs- und Genußmittel gebraucht. Mit Antimon und etwas Kupfer gemischt, wird Zinn unter dem Namen Britanniametall zu vielen Ausstattungsstellen häuslicher Gerätschaften verwendet.



Küche.

Alkoholhaltiger Wein kann zu sauren Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasser verdünnten Süsswein, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Gemüsesuppe. Von gekochtem, übrig gebliebenem Gemüse, wie Kartoffeln, Rübli, Kohl, Spinat, Rosen- oder Blumenkohl, Bohnen &c. wird ein Seller voll in $\frac{1}{2}$ Liter gesalzenes Wasser gelegt, erhitzt und dann durch ein Sieb gestrichen. Hernach wird ein Löffel Butter heißgemacht, 1–2 Löffel Mehl darin gelb geröstet, mit Suppenwasser oder Fleischbrühe aufgelöst, das Durchgetriebene darin aufgekocht und über Brotwürfel angerichtet. Für 6–8 Personen.

Gebratener Hecht. Ein etwa 1 Kilo schwerer Hecht wird abgeschuppt, die Eingeweide herausgenommen und das Blut vom Rückgrat abgekratzt; dann wird er innen und außen mit Salz eingerieben und $\frac{1}{4}$ Stunde liegen gelassen. Indessen werden 30 Gr. Butter in die Bratpfanne zerpfückt, eine Hand voll gewaschene Petersilie, Sellerie, Gelbrüben, Zwiebeln (alles klein geschnitten) darauf gestreut, 1 Lorbeerblatt, ein paar Pfefferkörner und ein wenig Muskatblüte zugefügt und $\frac{1}{4}$ Stunde im Ofen gedünstet; der Fisch wird dann darauf gelegt, 2 Löffel voll Essig werden darüber gegossen und $\frac{1}{4}$ Stunde gebraten, dann auf eine warme Platte sorgfältig angerichtet und mit Petersilie und

Zitronenscheiben garniert. Der zusammen-gelaufene Saft in der Bratpfanne wird durch ein Sieb dazu gegossen. Auch andere Fische können so behandelt werden.

Aus „Bürgerliche Küche“
von Frau Wyder-Zneichen.

Kalbskugeln. 500 Gramm Kalbsleber, ein wenig Salbei, Lauch, Petersilie, einige Schnitten Speck oder Schinken, 1 Tasse Rahm oder Milch, 1–2 Eier, Brotkrumen, Pfeffer und Salz. Man zerhackt die Leber so fein wie möglich, mit dem Speck oder Schinken; zerhackt gleichfalls die Kräuter sehr fein, fügt Pfeffer, Salz und das Gelbe der Eier und die Milch hinzu und gibt das Ganze in eine Pfanne auf gelindes Feuer, bis die Mischung fest wird. Dann werden daraus Kugeln geformt, diese mit Eiweiß bestrichen, in Brotkrumen oder in Paniermehl gerollt und in heißem Fett gebacken.

Erbsenpudding. Erbsen, Butter, Salz, Pfeffer, 1 Ei, 2 Eigelb. Man weicht 2 Tassen voll halbe Erbsen einige Stunden in Wasser auf; dann schüttet man sie in eine Pfanne mit kaltem Wasser und läßt sie $2\frac{1}{2}$ Stunden auf gelindem Feuer sieden. Sind die Erbsen weich, so schüttet man das Wasser ab und drückt die Erbsen durch ein Sieb, fügt ein eiweißreiches Stück Butter dazu, nebst Pfeffer, Salz und den zerfloßenen Eiern. Dann gibt man den Brei in eine Form oder in eine dicke Serviette, bindet sie fest zusammen und läßt den Pudding noch eine Stunde sieden. Passendes Gemüse zu gesottenem Schweinefleisch.

Aus „103 engl. Puddings und Cakes“.

Lauch-Gemüse. Den gepulzten Lauch schneidet man in 2–3 Zentimeter lange Stücken, wäscht sie gut ab, kocht sie in Salzwasser weich, läßt sie auf einem Sieb ablaufen und übergießt sie mit folgender Sauce: 2 Eidotter, 60 Gr. Butter, 1 gehäufte Eßlöffel Mehl, 2 Löffel saurer Rahm, etwas Salz und Muskatnuß werden mit $\frac{1}{2}$ Liter kaltem Wasser zusammengequirlt, auf gelindem Feuer bis zum Kochen gerührt und mit ein wenig Essig oder Zitronensaft abgeschärft.

Kalter Sellerie Salat. Für 3 Personen. 1 großer Sellerie, Salz und Pfeffer, 2 Eßlöffel Öl, 2–3 Eßlöffel Essig. Der gereinigte, von der Haut befreite Sellerie wird wie Rettiche recht fein gehobelt, mit Salz, Pfeffer und dem Essig vermischt und einige Stunden stehen gelassen. Vor dem Servieren mengt man noch das Öl darunter. Sellerie Salat mit Rettichen vermischt schmeckt sehr gut.

Aus „Großes Schweizer Kochbuch“.

Apfelmarmelade. Man schneidet 8–10 Äpfel in Viertel und entfernt die Kernhäuser, dämpft die Äpfel mit $1\frac{1}{2}$ Glas Wasser weich und streicht sie durch ein Sieb; dann gibt man 180 Gr. Zucker nebst der abgeriebenen

Schale einer halben Zitrone in eine Kasserolle, die Apfel dazu und kocht sie unter beständigem Rühren zu einer steifen, schönen Marmelade, richtet sie gehäuft an, bestreut sie etwas dick mit gesiebttem Zucker und hält das glühende Glaserschäufelchen darüber, bis sie eine goldbraune Kruste hat. Auch kann man die Marmelade nach dem Kochen ohne weiteres anrichten, glatt streichen und in die Mitte eine Vertiefung machen, die man nach dem Erkalten mit Eingemachtem füllt und die Marmelade selbst mit klein geschnittenen Mandeln oder Succade bestreut.

Aus Pröpper: „Das Obst in der Küche“.

Quark-Ruchen. Man bereitet einen Hefeteig aus 450 Gr. Mehl, $2\frac{1}{2}$ Dezil. Wasser, 80 Gr. Butter (oder Backfett), 1 Ei, Salz, 5 Gr. Hefe. Füllung: 500 Gr. Quark, 2 Dezil. Rahm, 50 Gr. Mehl, $\frac{1}{2}$ Theelöffel Salz, 50 Gr. Zucker, 1 Ei, 250 Gr. Sultaninen oder Rosinen.

Zu Hefeteig werden alle Zutaten schwach lauwarm verwendet. Mit der Hälfte Wasser wird die Hefe gut angerührt und Mehl dazu gequirlt, bis ein dünnflüssiger Teig entsteht, den man als Vorteig zum Aufgehen $\frac{1}{2}$ –1 Stunde an einen warmen Ort stellt. Wenn er etwa die doppelte Größe erreicht hat, wird das übrige Wasser lauwarm dazu gegeben, ebenso die zerlassene Butter, Salz und Ei. Nach und nach arbeitet man das Mehl, welches im Winter gewärmt wird, hinein und läßt dann den Teig nochmals in Stubenwärme 1 Stunde zugedeckt liegen. Wenn er gut aufgegangen ist, wird er ausgerollt.

Quark, Mehl, Zucker, Salz, Ei, Rahm und die gut gewaschenen Sultaninen werden nun zusammen gerührt und alles auf den Teig gestrichen. Dann wird der Ruchen im heißen Ofen 1 Stunde gebacken.

„Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Krankenpflege.

Die Ernährung der Bleichsüchtigen. Frau Dr. Lucci-Purtscher schreibt dazu in ihrem kürzlich erschienenen Buche „Wie heilen wir unsere Frauenleiden“:

Man soll Bleichsüchtigen regelmäßig drei Mahlzeiten reichen, die erste nicht zu früh, damit der Körper durch Tiefatmungen und Abreibungen alle Schlacken ausarbeiten kann, bevor er Neues einnimmt, die letzte nicht zu spät, damit Magen und Darm bei Nacht auch ruhen können, und alle drei Mahlzeiten peinlich regelmäßig. Wenn einmal der Hunger sich nicht einstellt, soll man eine Mahlzeit überspringen; dem Körper kommt nur das zugute, was der Magen verarbeiten kann. Zarte Gemüse, Speisen aus Hafer, Gerste, Milchspeisen, grüner Salat mit Zitrone, rohes

Obst, ein mittelschweres Vollbrot (zwei Drittel Weizen, ein Drittel Roggen, halb gebeutelt), auch leichte Fleischspeisen in geringer Menge sind erlaubt, letzteres aber nur in gewissen Fällen, wo großes Gelüste vorhanden ist. Sehr gut wirken alle grünen Kräuter, weil sie viel Salze und Eisen enthalten. Die Brennessel ist ausgezeichnet; sie gibt einen prächtigen Spinat; man kann ihr etwa einen zehnten Teil Gundermännli beimengen. Durch Beimischung von etwas Milch oder Rahm wird der Geschmack sehr milde. Löwenzahn ist ein blutbildender Salat, ebenso Rühl; Lauch und Bärlauch sind gute Suppenkräuter. Dazu läßt man eine Viertelstunde vor jeder Mahlzeit eine Dritteltasse starken und ungesüßten Thee aus Schafgarben und Tausendguldenkraut lauwarm nehmen. Obst, Milch und grüne Salate sollten roh genossen werden, denn sie enthalten die meisten Nährsalze, und wenn roh genossen, noch in lebendiger, kräftigerer Form. Kaffee, Thee, jede Art von Alkohol, fette, schwere Speisen, Gewürze sind schädlich.

Kinderpflege und -Erziehung.

Zu den gefährlichsten Kinderkrankheiten gehören die des Halses. Deshalb sollte man die Kinder frühzeitig gurgeln lehren. Schon 3–4jährige erlernen es leicht mit kühlem Wasser.

Bei einer Mandelentzündung ist es ratsam, Kinder stündlich mit schwachem Salzwasser oder Salbeithee, dem etwas Bienenhonig beigelegt wird, gurgeln zu lassen. Ist die Entzündung heftig, empfiehlt sich stündliches Schlucken von kleinen Eisstückchen. Daneben sind Wasserumschläge um den Hals anzuwenden, die alle drei Stunden erneuert werden müssen. Man faltet ein leinenes Tüchlein zu einem 3–4 Cm. breiten Streifen zusammen, taucht es in stubenwarmes Wasser, wringt es gut aus und legt es möglichst fest um den Hals. Dabei ist zu beachten, daß man nur die Mitte des Tuches naß macht, da die Feuchtigkeit nur nach vorn dringen soll. Aber das Tüchlein wird eine 5–6 Cm. breite Flanellbinde gelegt, die so lange sein muß, daß sie zwei bis drei Mal um den Hals gewickelt werden kann. Von dem feuchten Tuche darf man nichts sehen; der Umschlag muß fest sitzen, jedoch derart, daß er dem Kinde keine Beschwerden macht. Bessert sich der Zustand aber bei dieser Behandlung nicht bald, so soll der Arzt geholt werden, da leicht Diphtheritis vorhanden sein könnte, die von schwerer Mandelentzündung nicht leicht zu unterscheiden ist.

Mutter in B.

Wie behütet man seine Kinder vor Scharlachinfektion? Dr. Bernheim beant-

wortet in seiner Schrift „Die Gesundheitspflege des Säuglings“ diese Frage wie folgt:

Die Verhütung gelingt nur dadurch, daß man jeden Verkehr mit bereits an Scharlach Erkrankten vermeidet. Auf dem Papier ist diese Aufgabe sehr leicht zu umgrenzen, im wirklichen Leben aber stößt man oft auf unüberwindliche Schwierigkeiten. Da der Scharlacherreger an leblosen Gegenständen, wie Spielzeug, Wäsche, Lebensmitteln, Büchern und Briefen lange haftet, so ist leicht einzusehen, wie schwierig die Verhütung sein kann. Sie wird weiter noch dadurch erschwert, daß bei Scharlachepidemien nicht selten die Krankheit unter dem Bilde einer Halsentzündung verläuft; einer Halsentzündung, die so leicht erscheint, daß das erkrankte Kind damit herumgeht. Das sind die gefährlichsten und mit den vielen leichten Fällen, die wenige Tage, nachdem der „Friesel“ und das Fieber verschwunden, wieder zu andern Kindern sich gesellen, wohl die häufigsten Scharlachüberträger. Sie sind es, die zur Verbreitung in den Schulen hauptsächlich beitragen und die gelegentlich den Scharlach von Ort zu Ort verschleppen. Nicht gerade selten geschieht dies aber auch durch ein aus dem Spital zurückkehrendes genesenes Kind. Wochenlang, gelegentlich viel länger als die für ansteckend geltenden sechs Wochen, können im Mund oder Rachen die Scharlachkeime sich erhalten. Es ist dies eine Tatsache, die nicht nur beim Scharlach beobachtet wird. Auch der Typhus und die Diphtherie werden manchmal durch Personen verschleppt, welche die Krankheit vor Wochen oder Jahren durchgemacht haben, die Erreger aber immer noch beherbergen. Die oben geschilderten Übertragungsmöglichkeiten kommen so häufig vor, daß es z. B. in Zürich nicht gelingt, — trotz Anzeigepflicht der Ärzte, trotzdem die unentgeltliche Desinfektion bei jedem Erkrankungsfall vorgenommen wird und die Möglichkeit besteht, jedes, auch das ärmste Kind, in Spitälern unterzubringen, — der Epidemie völlig Herr zu werden. Ist ein Fall aber einmal als Scharlach erkannt und richtig isoliert und ist von seiten des Arztes und der Gesundheitsbehörden alles Nötige zur Verhütung einer Verschleppung angeordnet worden, und wird dies gewissenhaft befolgt, dann wird von diesem Krankheitsherd keine Ausbreitung der Epidemie mehr zu befürchten sein.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Knollen-Sellerie. Da der Selleriesamen sehr langsam keimt, muß er so frühzeitig als möglich ausgesät werden, ins Saatbeet schon Anfang März. Um kompakte Sektlinge zu erhalten, ist ganz dünne Aussaat unbedingt

notwendig. Bis zum Aufgange der Saat muß die Erde regelmäßig feucht gehalten werden. Sobald die Sektlinge richtig angefaßt werden können, werden sie auf 3 bis 5 Cm. Entfernung auf ein gut zugerichtetes warm gelegenes Beet oder eine Rabatte pikiert. Sind beim Pikieren die Wurzeln und Blätter schon ziemlich lang, so empfiehlt es sich, sie ein wenig zurückzuschneiden. Nach dem Pikieren wird das Beet durchdringend überbraust. Sind die Pflänzchen angewachsen, so darf bei regnerischem Wetter auch schon tüchtig mit Jauche gegossen werden. Nach ca. 3 Wochen werden die Sektlinge kräftig genug sein, um an Ort und Stelle auf ca. 35 Cm. Abstand verpflanzt werden zu können. Pikierte Sektlinge zeigen einen gedrungenen festen Wuchs und ein reiches Wurzelvermögen. Die Gemüsegärtner pflanzen sehr oft den Sellerie als Zwischenfrucht zu Blumenkohl und zwar zwischen je zwei Reihen Blumenkohl eine Reihe Sellerie. Auch mit Winterlauch kann Knollensellerie vorzüglich zusammen gepflanzt werden. Entschieden bedarf der Sellerie des meistgedüngten Landes, daneben tragen recht häufig verabfolgte Dünggüsse wesentlich zur Erzielung großer Knollen bei. Der Boden zwischen den Pflanzen ist durch wiederholtes Hacken in lockerem Zustande zu erhalten. Der „Gemüsefreund“.

Die Beschaffung von Erdbarten, die bei der Topfpflanzenkultur Verwendung finden, ist an Orten, wo Gärtner wohnen, eine leichte, wo dies aber nicht der Fall ist, wie auf dem Land, oder wer bei großem Bedarf die nicht unerheblichen Kosten des Ankaufs scheut, der kann die nötige Pflanzenerde sich auch selbst holen. Im Frühjahr, wenn der Frost die Erde mürbe gemacht hat, gehe man mit Säckchen, einem starken Blechlöffel oder kleiner Handschaufel an Wegraine, Hohlwege, Böschungen; hier wird man aufgelockerte, vom Wasser abgeschwemmte oder heruntergerieselte Lehmerde finden, welche man zu Hause von Steinen, Moos oder Wurzeln säubert und noch etwas abtrocknen läßt, um sie dann in der Hand zu zerreiben. Auch die Erde von guten Wiesen, die von Maulwürfen im Frühjahr aus nicht zu großer Tiefe aufgeworfen wird, kann mit besserer Erde und Sand gemischt für die Topfpflanzen verwendet werden.

Statt der Komposterde nehmen wir von dem am besten bearbeiteten Beet des Gartens einige Schaufeln Erde weg und lagern diese zum Abtrocknen unter Dach; den Sand finden wir an Bächen und Flüssen, oder wir waschen den Grubensand so lange, bis das Wasser klar abläuft.

Haben wir im März oder April uns dann diesen Erdbvorrat zusammengetragen, so kann man an das Mischen und hierauf an das Versetzen gehen. E. Graefener.

Tierzucht.

Die Gänse lieben Wasser und Freiheit; muß man sie im Stall halten, so kosten sie in der Regel mehr als sie einbringen; finden sie aber in der Nähe hinreichendes Wasser zum Schwimmen oder Baden, und können sie sich ihre Nahrung auf Tristen und Wiesen suchen, so sind sie einträgliche Tiere. Der Gänsestall soll warm und trocken sein; in einem solchen fangen die Gänse schon Ende Januar oder Mitte Februar an zu legen. Eine Gans legt nur einen Tag um den anderen, bis zu 14 oder 16 Eiern. Man nimmt ihr die Eier täglich fort und bewahrt sie frostfrei auf, bis die Gans dadurch, daß sie sich Federn ausrupft, zeigt, daß sie brüten will. Als Brutnest diene ein flacher, mit Stroh gefüllter Korb, den man an der Erde an ruhigem, trockenem, nicht zu hellem Ort, möglichst im Gänsestall, aufstellt und Futter, Grünzeug und Wasser in die Nähe setzt. Zum Brüten legt man einer Gans 12-14 Eier unter. Zweijährige Gänse brüten am besten. Die Brutzeit dauert 28-30 Tage.

Frage-Ecke.

Antworten.

7. Um dem Hausmeister Genüge zu tun und auch Ihre Treppe rein zu halten, genügt es auch, diese einmal wöchentlich sauber zu wischen, hernach mit einem feuchten Serpentinlappen aufzureiben, sie zu wischen und mit einer Handbürste glänzend zu blochen. Diese Arbeit ist weniger mühsam und Ihr Hausmeister wird zufrieden sein. Efeu.

10. In Mailand benützten wir in einem Privathaus einen solchen Besen. Er erwies sich als sehr praktisch, ist leicht zu handhaben und ermöglicht ein absolut staubfreies Reinigen sowohl der Böden, wie der Teppiche. Die Bürste sieht aus wie jede andere, nur sind die Borsten steifer und oben ist ein kleiner Petrolbehälter angebracht, der monatlich nachgefüllt wird. Ich kann den Besen für Private sehr empfehlen. Er ist dort erhältlich in Konsumgeschäften. Der Preis ist ungefähr 7 Lire. Efeu.

12. Hier ein **Virgeli-Rezept**. 250 Gr. gestoßener Zucker, 4 Eier, 70 Gr. frische Butter, 1 Löffel Rahm, 2 Löffel Rirschwasser, die feingehackte Schale einer Zitrone, 1 Löffel gutes Speiseöl, 500 Gr. Mehl. Zuerst die Butter schaumig rühren, hernach abwechselungsweise Eier und Zucker hinzufügen; dies $\frac{1}{4}$ Stunde rühren, dann die übrigen Zutaten (ohne das Mehl) nebst einer Prise Salz dazugeben und zuletzt das Mehl unter zwei Malen darunter

mischen (nicht rühren) und darauf $\frac{1}{2}$ Stunde ruhen lassen. Fingerdicke auswallen, fingerlange und 1 Cm. breite Riemchen abschneiden und in heißem, gemischtem Fett (Butter, Schweine- und Kalbsfett) braun backen. Die Pfanne beständig rütteln, damit die Virgelein sich drehen und schön ausgehen. Extra Modelle und Formen gibts nicht für diese Virgeli. Efeu.

13. **Palmin** hat in den letzten Jahren im Privathaus, im Wirtschaftsbetrieb, in Krankenhäusern &c. eine so große Verbreitung gefunden, daß man auf eine allgemeine Anerkennung seiner Vorzüge: große Billigkeit, Geschmacksreinheit, Ausgiebigkeit schließen darf. Es ist wohl das Speisefett, das überall da, wo man sparen muß, dazu bestimmt ist, die teure Butter zu ersetzen. Es ist andern Kochfetten insofern vorzuziehen, als es reines Naturprodukt ist. Das in den 80er-Jahren unter dem Namen Kofosnuxbutter von Dr. Schindl in Mannheim eingeführte Speisefett wird heute durch eine Aktiengesellschaft in den Handel gebracht, die neben ihrer Stammsfabrik in Mannheim eine große Anlage in Wilhelmsburg bei Hamburg errichtet hat und auch in Carouge bei Genf Raffinerien besitzt. —n.

13. Nicht jeder Magen verträgt das erwähnte Fett. Eine meiner Freundinnen kann nur mit Butter gekochte Speisen essen. Machen Sie einen Versuch! B.

13. Als vollwertigen Ersatz für die Butter betrachte ich die Speiseöl, von denen einige sehr gute im Handel sind. Lisa.

14. Flecken in appretierten Stoffen, die von Feuchtigkeit herrühren, werden entfernt, indem man den Stoff, in Ihrem Falle den Filzhut, in ein Stück leicht angefeuchteten weißen Baumwollstoff (Kaliko) einrollt und so 24 Stunden an einem kühlen Orte aufhängt. Efeu.

15. Ich würde die Seite, die der Wärme am meisten ausgesetzt ist, mit Kacheln belegen lassen. Dies wäre das haltbarste, wenn auch etwas teuer. Efeu.

Fragen.

16. Wir haben einen 5 Monate alten **Forsterrier**. Dieser bekam einen dicken Hals (Kropfart). Könnte mir eine werthe Mitabonnentin mitteilen, was dagegen zu machen wäre? Zum voraus besten Dank. E. G.

17. Kann mir vielleicht eine geehrte Abonnentin sagen, wie **Orangensalat** zubereitet wird? Hausmütterchen.

18. Wie reinigt man weißen Marmor? Die Flecken rühren von Medikamenten und Parfümerien her. Für freundliche Auskunft dankt Schweizerin in Sizilien.

