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

Band: 21 (1914)

Heft: 13

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: 10.07.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion: Lina Schläfli Zürich.

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. 13. XXI. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 27. Juni 1914.

Soll dich das Alter nicht verneinen,
So mußt du es gut mit andern meinen,
Mußt viele fördern, manchen nützen,
Das wird dich vor Vernichtung schützen.

Goethe.

Die Kunst, billig zu kaufen.

(Nachdruck verboten.)

Man braucht nur die Frage des billigen Kaufes aufzuwerfen, um die entgegengesetzten Ansichten heraufzubeschwören. Die einen sagen: „Wie kann man in einer Zeit, in der die Lebenshaltung täglich teurer wird, noch von billigem Einkauf sprechen.“ Die andern sagen: „Nachdem durch die außerordentlichen Errungenschaften in der Technik die meisten Gebrauchs- und auch Luxusgegenstände so wohlfeil hergestellt werden können, ist alles so billig geworden, daß wahrlich keine Kunst dazu gehört, billig zu kaufen.“ Und beide haben recht. Trotzdem kaufen aber doch fast alle zu teuer. Gerade dadurch, daß vieles heute zu verlockend billigen Preisen zu haben ist, gibt man zuviel Geld dafür aus. Das klingt paradox, ist aber trotzdem wahr. Früher überlegte man vor jeder Anschaffung, ob sie auch wirklich notwendig sei, man prüfte die Ware auf ihre Güte und Haltbarkeit und man kaufte nur das, was als wirklich brauchbar erkannt wurde. Wenigstens taten dies die guten Hausfrauen, die sparsamen Familienmütter und alle vernünftigen Frauen und Männer. Heute ist das ganz anders geworden. Man kauft nur — weil der Gegenstand so billig ist.

Man braucht beispielsweise gar keine Bluse mehr, aber man sieht in den Schaufenstern so schöne, unglaublich billige Sachen, wer könnte da widerstehen? Und was für die Blusen gilt, gilt für die Schmucksachen, für Haus- oder Küchengeräte, Toilettenartikel, kurz für alles. Die billigen Waren können aber garnicht dauerhaft oder sorgfältig gearbeitet sein, oder aus gutem Material bestehen, das ist einfach unmöglich. Sie sind unsolide und täuschen durch das schöne Aussehen. Darauf kommt es aber heute vor allem an. Man braucht nur in ein Geschäft zu gehen und einen der in den Schaufenstern ausgestellten Gegenstände zu verlangen. Bei näherer Besichtigung merkt man bald, daß auch hier der Schein trügt.

Das Billige ist also auch hier das Teure. Dies Wort bezieht sich nicht nur auf die Einkäufe, die in das Gebiet der Frau fallen, sondern auf alles. Es ist in der Industrie nicht anders, wie bei den Nahrungsmitteln oder anderswo. Nur einzelne Betriebe mit bestimmten, festgelegten Preisen, wie Bücher, Noten und dergleichen machen eine gewisse Ausnahme. Nicht jeder hat soviel Warenkenntnis, um das Gute vom Minderwertigen unterscheiden zu können, wir kaufen daher oft zu teuer. Ein Beispiel möge diese Behauptung erläutern. Man braucht Linoleum. Die gute Qualität, die selbst bei starkem Gebrauch jahrelang hält, kostet vielleicht ein Drittel mehr als die minderwertige; diese sieht aber ebenso schön und gut aus. Man wählt also die billigere. Nach wenigen Jahren ist der Bodenbelag in einem Zustande, daß er erneuert werden muß. Man hat nun außer der Neuanschaffung das Legen doppelt zu bezahlen und somit viel teurer gekauft, als wenn man gleich dauerhaftere Ware gewählt hätte. Darum kaufen nur diejenigen wirklich billig, die auf Qualität sehen, einerlei, ob sie beim Einkauf etwas sparen oder nicht. Das Teuerste ist vielfach das Billigste. Darum soll man sich niemals durch die Preiswürdigkeit eines minderwertigen Gegenstandes verleiten lassen, ihn einem teureren vorzuziehen von besserem Material, denn man ist letzten Endes doch der Benachteiligte.

Das kaufende Publikum trägt im Grunde die meiste Schuld daran, daß dieses „billig kaufen wollen" allgemein Regel geworden ist. Man ist damit auf dem besten Wege, die Industrie zu schädigen, denn die Konkurrenz auf allen Gebieten zwingt dazu, immer billiger zu fabrizieren, und da die Arbeitslöhne immer steigen, kann nur an der Qualität gespart werden. Wir müssen wieder darauf zurückkommen, nur gute, gediegene Ware zu kaufen und für diese einen angemessenen Preis zu bezahlen.

-b-

Die Erdbeere und ihr gesundheitlicher Wert.

Von M. Kneschke-Schönau.

(Nachdruck verboten.)

Kein anderes Beerenobst darf sich solcher Verbreitung rühmen wie die Erdbeere. Sie hat sich selbst die nördlichen Länder und unter diesen besonders Dänemark erobert, wo in der Nähe von Kopenhagen eine der größten Erdbeerplantagen Europas zu finden ist. Aber auch andere Großstädte haben großartige Erdbeerplantagen angelegt, um ihre Einwohner mit dieser köstlichen Frucht versorgen zu können. Erdbeerkulturen im großen Stile sind bei Berlin entstanden, die für die Verbreitung dieses so gesunden und guten Obstes sorgen, so daß auch die breiteren Volksschichten sich an seinem Segen erfreuen können. Heute findet man im bescheidensten Bahnwärter- oder Schrebergärtchen die Erdbeere angepflanzt, wozu auch ihre Anspruchslosigkeit in der Kultur sehr viel beiträgt. Die Erdbeere verlangt wenig Pflege und ist dabei außerordentlich ertragreich. Die frühen Sorten reifen schon im Spätfrühling und die spätesten tragen erst im August, so daß während des ganzen Sommers von einer Erdbeerernte gesprochen werden kann.

Bei uns ist der hohe Wert der Erdbeere für die menschliche Gesundheit noch viel zu wenig bekannt. Man betrachtet die herrliche Frucht mehr als Genußmittel. In Dänemark ist man uns in dieser Beziehung voraus, dort gilt die Erdbeere längst als Volksnahrungsmittel und wird in ungeheuren Mengen verspeist. Jordbär med Flöde (Erdbeeren mit Schlagrahm) sind dort ein Nationalgericht, das sowohl in jedem Wirtshause, wie in den sauberen Fruchtkellern portionsweise für wenig Geld zu haben ist.

Was nun die Heilwirkung der Erdbeere anbetrifft, so schreibt sich dieselbe hauptsächlich ihrem Gehalt an natürlichem Eisen zu, das für blutarme Personen oder solche mit schlechter Blutmischung von hohem Werte ist. Pfarrer Kneipp spricht von der Erdbeere als einem gar nicht genug zu schätzenden Gesundheitsmittel, das besonders schwächliche Personen und Rekon-

valeszenten gebrauchen sollten, um neue Kräfte zu gewinnen. Wo sie als Kurmittel in größeren Mengen verzehrt werden müssen, dürfen die Erdbeeren aber nicht allein genossen werden, sondern stets nur in Verbindung mit Milch und kräftigem Roggen- oder Schrotbrot. Bei Gries- und Steinleiden, sowie Lebererkrankungen wirkt die Erdbeere auflösend, ebenso bei Gicht. Ganz besonders erquickend ist Erdbeersaft für Fieberkranke. Manche Leute behaupten, daß sie nach dem Genuß von Erdbeeren einen Hautausschlag, ähnlich dem Nesselfriesel, bekommen und meiden deshalb diese Frucht; sehr mit Unrecht, denn der Ausschlag ist nur ein Zeichen kranken Blutes, dessen Unreinigkeiten durch den Genuß von Erdbeeren durch die Haut ausgeschieden werden.

Die wild wachsende Walderdbeere zeichnet sich durch ein besonders starkes und köstliches Aroma aus und wird deshalb viel für Bowlen verwandt. Für Kurzwecke eignet sie sich weniger, weil sie bedeutend mehr kleine Samenkörnchen besitzt, die manchen Leuten Beschwerden verursachen. Besonders Kinder haben darunter zu leiden, weshalb man diesen lieber nur den geseihten Saft verabreicht.

Aber nicht nur die Furcht der Erdbeerpflanze, sondern auch ihre Blätter gelten als Heilmittel. Man kocht aus den jungen Blättern Thee und konserviert sie durch Trocknen. Der Erdbeerblätterthee wirkt kühlend und beruhigend bei Fieber und Entzündungszuständen. Er wird auch als Augenwasser und Heilmittel für Wunden verwandt. Für Personen, die chinesischen Thee nicht vertragen, ist er ein gutes Ersatzmittel. Aromatischer als die Blätter der Gartenerdbeere sind die der Walderdbeere, weshalb sie für Thee entschieden zu bevorzugen sind. Es ist, als ob der würzige Waldboden in die wildwachsende Erdbeerpflanze übergegangen wäre, und dieses eigenartig köstliche Aroma konnte bisher keine Gärtnerkunst ihrem großen Vorbilde, der Mutter Natur, ablauschen.

Gegenwärtig kennt der Gärtner etwa 400 verschiedene Arten von Erdbeeren, die durch Kreuzung und Veredlung aus den Mutterarten hervorgegangen sind. Bei der einen Sorte ist die Größe und der Gehalt des Fleisches ausschlaggebend, bei der andern der Feingeschmack und das Aroma. Mannigfaltig sind auch die Farben der Erdbeeren, vom zartesten Elfenbein bis zum Orangegelb, vom lichtesten Rosa bis zum tiefsten Purpurrot prangen sie auf den Beeten und leuchten aus den grünen Blättern hervor.

Als Konserve erfreuen sich nur die dunkelroten Erdbeeren großer Beliebheit, weil alle zarteren Farben beim Einsieden mißfarbig werden und eine künstliche Färbung beanspruchen. Die Kunstgärtner züchten jetzt eine besondere Einlege-Erdbeere, die auch für die Zubereitung von Gelees und Marmeladen, sowie Fruchtsirups sehr begehrt ist.

Vorräte sammeln.

Nachdruck verboten.

Es ist zwar unmodern geworden, Vorräte anzulegen, oft fehlt dazu in den modernen Wohnungen der Platz oder das Geld. Aber die Erfahrung lehrte mich, daß es sich dennoch lohnt, sich rechtzeitig vorzusehen und ich möchte die Leserinnen ermutigen, wenigstens einen Versuch zu wagen.

Seit bald zwei Jahrzehnten konserviere ich Obst und Gemüse und kann aus dieser Erfahrung heraus auf mancherlei Vorteile aufmerksam machen. Ängstliche Hausfrauen trachten, ihre Vorräte an Konserven noch zu verbrauchen, damit die Gläser leer werden, ich aber möchte raten, die tadellos aussehenden gefüllten Gläser beiseite zu stellen und nur noch im Notfalle davon zu brauchen. In Weckgläsern halten sich namentlich die Früchte drei und vier Jahre lang tadellos in Farbe und Geschmack; Gemüse können gut zwei Jahre aufgehoben werden; bleiben sie länger im Glase, so wird der Geschmack etwas scharf.

Wer ins Freie geht, sieht, wie reich der Herbstsegen zu werden verspricht, wenn

nicht Hagel und Unwetter den Obstbäumen und Beerensträuchern schaden. Die Preise für Obst und Beeren werden voraussichtlich niedrig sein, was die Veranlassung zu rationeller Verwertung geben sollte.

Dies kann dadurch geschehen, daß man das Obst in verschiedenster Form einmacht, als Kompott, als Beilage zu Fleisch (süß-sauer), es dörrt, zu Konfitüren einkocht oder konserviert. Letzteres Verfahren findet besonders bei Anlage von großen Vorräten Verwendung. Ich sterilisiere nicht nur Obst als Kompott, sondern auch Konfitüren, die dadurch sehr haltbar und im Geschmack ganz unverändert bleiben. So ist es mir möglich, auch nach zwei bis drei Jahren noch wohlschmeckende Konfitüren von Früchten zu haben, die vielleicht nach reichem Ertrage im kommenden Jahre nicht erhältlich sind oder dann zu hohen Preisen. Ich möchte alle Hausfrauen ermuntern, die voraussichtlich reichen Kirschen- und Erdbeerenernten recht auszunutzen und so viel Vorräte davon anzulegen, daß sie über das nächste Jahr hinaus reichen. Die Mühe ist nicht viel größer, die Kosten sind beträchtlich geringer und werden verzinst, wenn das nächste Jahr wieder obstarm werden sollte.

Wenn dies Jahr das doppelte Quantum Kirschen, als Konfitüre und Kompott, oder das doppelte Quantum Erdbeeren im Konservenschrank oder auf den Gestellen versorgt wird, so hat man das folgende Jahr voraussichtlich weniger zu tun und spürt die Vorsorge auch bei den Ausgaben. In ungünstigen Obstjahren sind, wie schon erwähnt, die Preise erheblich höher.

Man nehme dabei Rücksicht auf die Geschmacksrichtung seiner Angehörigen bei der Ansammlung von solchen Vorräten, und mache dort, wo vielleicht Zuckerkranke sind, Obst ohne Zucker ein, was mit Wecks Gläsern ja sehr gut möglich ist und damit sorgt man auch für Abwechslung im Menü von solchen, die diät leben müssen.

R. G.

Haushalt.

Neue Kartoffeln, ganz besonders frühreife Sorten, sind in der ersten Zeit meist noch sehr wässerig, weshalb sie dann wenig oder gar nicht mehlig sind und daher weniger gut schmecken als späte, gut nachgereifte. Man kann aber solche Frühkartoffeln während des Kochens schmackhafter machen, indem man gleichzeitig mit den Kartoffeln in einer andern Pfanne Wasser zum sieden bringt und wenn die Kartoffeln beinahe weich gekocht sind, das Wasser davon abschüttet und sie in dem nebenan erhitzten Wasser fertigkocht. Nicht blos die frühen, alle Kartoffeln werden durch zweimaliges Kochen in frischem Wasser besser im Geschmack, gleichviel, ob sie ganz oder zerkleinert, mit oder ohne Schale gekocht werden. Sehr wichtig ist aber hiebei, solch wässerige, wenig mehlige Kartoffeln mit etwas weniger Wasser übers Feuer zu setzen, als dies sonst bei guten Kartoffeln üblich ist, und sodann vor dem Anrichten oder Servieren noch eine Weile zugedeckt am Dampfe stehen zu lassen. Auch das Einschneiden in die Kartoffeln macht sie mehliger, da der Austritt des Wassers dadurch leichter stattfindet. -r.

Das Gelbwerden der Wäsche wird verhindert, wenn man dem Blauwasser noch eine handvoll Kochsalz hinzufügt. W.

Arzneiflecken entfernt man aus silbernen Löffeln, wenn man sie mit einem in Schwefelsäure getauchten Läppchen abreibt und dann in Seifenwasser gründlich wäscht und kalt spült.

Küche.

Kochrezepte.

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

Grüne Suppe. In einer Obertasse kaltem Wasser zerquirlt man 2 Eßlöffel Mehl, gibt feingehackte Petersilie, Körbel, nach Belieben auch etwas Sauerampfer oder Schnittlauch hinzu. Man verrührt dies mit etwas zugegossener kochender Fleischbrühe, worauf man alles zusammen in 1½—2 Liter siedende Brühe (oder Wasser, welches man mit Wurzelwerk gekocht und dann durchgegossen hat) schüttet und unter fortgesetztem Umrühren einigemal aufkochen läßt. Zuletzt legiert man die Suppe mit zwei Eidottern und richtet sie über gerösteten Semmelwürfeln an.

Ochsenzunge mit Rahmsauce. Zeit 2½ Stunden. 1 Ochsenzunge, 2 Zwiebeln, 3 Liter Wasser, einige Löffel Essig, 30 Gr. Fett, 30 Gr. Mehl, 3 Eßlöffel sauren Rahm, der Saft von ½ Zitrone, 1 Löffel Kapern, 2 Eidotter, Salz.

Die Zunge wird sauber gewaschen, von allem Knorpeligen befreit und mit Salz, Zwiebeln und Essig in heißem Wasser zugesetzt. In 2½ Stunden wird sie weich sein (im Selbstkocher 4 Stunden). Nach dem Sieden wird sie geschält und in hübsche, gleichmäßige Scheiben geschnitten. Zur Sauce zerläßt man das Fett, gibt das Mehl und die geriebene Zwiebel dazu und dünstet alles hellgelb. So viel Zungenbrühe, als zur Sauce notwendig ist, wird zugegossen, dann der Zitronensaft, die Kapern und der Rahm beigefügt und die Sauce gut durchgekocht. Dann kommen die Zungenscheiben dazu und werden in der Brühe noch einige Male aufgekocht. Vor dem Anrichten bindet man die Sauce noch mit 2 Eidottern.

Aus „Gritli in der Küche".

Gerollte Kalbsbrust. Für 3 Personen. 750 Gr. dünne Kalbsbrust, Salz und Pfeffer, 1 Eßlöffel Fett, Bratengemüse ½ Tasse Fleischbrühe. Ein schönes Stück dünne Brust wird mit Salz und Pfeffer eingerieben, zusammengerollt und gut gebunden, dann mit dem Bratengemüse und heißem Fett in den Bratofen gestellt, gelb gebraten, etwas Fleischbrühe zugegossen und unter öfterem Begießen weich gebraten. Zubereitungszeit 1¼ Stunden.

Polarden (gebratene Schweinswürstchen). Für 3 Personen. 500 Gr. Schweinefleisch, Speck, Salz, Pfeffer, Majoran, Zwiebeln und Grünes, 1 Eßlöffel Fett, Mehl. Schweinefleisch wird mit etwas Speck fein verwiegt und mit Salz, Pfeffer, Zwiebeln, Grünem und auf 500 Gr. Fleisch ¼ Glas Wasser gut vermischt. Hierauf bestreut man ein Brett mit Mehl, gibt eßlöffelweise von der Masse darauf, formt kleine Würstchen und bratet sie in heißem Fett schön gelb. Zubereitungszeit ½ Stunde.

Aus „Großes Schweizer. Kochbuch".

Wachsbohnen mit Eiersauce. Die abgezogenen Bohnen müssen in Wasser einmal aufkochen und werden darauf in Fleischbrühe gargekocht. Nachdem die Bohnen auf einem Siebe abgetropft sind, röstet man Mehl mit Butter, rührt letzteres mit Bohnenbrühe ab und läßt es zu einer säumigen Sauce verkochen, die mit Zitronensaft gewürzt und mit Eigelb abgezogen wird. Die Bohnen werden in eine runde Schüssel gefüllt und in die Mitte die Sauce gegossen.

Spargelsalat. Mittelstarker Spargel wird geschält, in 2 Cm. lange Stücke geschnitten, gewaschen und in Salzwasser nicht zu weich gekocht. Dann läßt man ihn auf einem Sieb abtropfen, übergießt ihn mit kaltem Wasser und schwenkt ihn mit genügend Öl, Essig, Pfeffer und Salz gut durch. Der Salat wird in einer Glasschale bergartig angerichtet und mit einem Kranz recht gelber Endivien umgeben. Eine Mayonnaisen- oder Remouladensauce kann man auch zur Bereitung des Spargelsalates verwenden.

Junge Erbsen mit Salatgemüse. Große Erbsen werden gereinigt, gewaschen, dann zwei Köpfe Salat quer fein geschnitten und gewaschen. Diese beiden Gemüse kommen in eine Kasserole mit einem Stück Butter und Salz und werden mit Wasser aufgefüllt; dann läßt man es schnell einkochen, streut einen Kochlöffel voll Mehl darüber, gießt nochmals einen Löffel voll Wasser hinzu und serviert, nachdem es noch 10 Minuten gekocht hat.

Rammelmeyer „Die vegetarische Küche".

Kapuzinerklöße. Zeit 1 Stunde. ½ Kilo Brot, ¾ Liter Milch, 80 Gr. Zucker, 70 Gr. Weinbeeren und Rosinen, 30 Gr. Mehl, Zucker und Zimt zum Bestreuen, Backfett. Das Brot wird in kleine Würfel geschnitten, die Milch mit dem Zucker zum Kochen gebracht, über das Brot gegossen und dieses zugedeckt an warmem Orte einige Zeit weichen gelassen. Dann wird es gut zerdrückt, oder durch die Hackmaschine getrieben und mit dem Mehl, den gereinigten Weinbeeren und Rosinen vermengt. Von dieser Masse werden mit zwei Löffeln Klöße geformt, diese in heißem Fett gebacken und mit Zucker und Zimt bestreut.

Heidelbeeren, nach Berner Art (Heitisturm). Zeit ½ Stunde. ½ Kilo Beeren werden leicht zerstampft und mit 100 Gr. Zucker vermischt. 150 Gr. Brotwürfelchen und 1 Löffel Mehl röstet man in der Butter, macht 3 Dezil. Milch siedend und mischt alles unter die Heidelbeeren. ¼ Stunde stehen lassen. (Nicht kochen).

Aus „Gritli in der Küche".

Stachelbeerkuchen. Man schneide aus feinem Mürbteig einen runden Boden und lege rund herum einen fingerdicken Rand, backe ihn lichtgelb, fülle, sowie er aus dem Ofen gekommen ist, dick gekochtes Stachelbeerkompott darauf und bestreue ihn nach dem Erkalten reichlich mit Zucker.

Zum Kompott läßt man noch ganz grüne und harte Stachelbeeren, nachdem man Stiele und Blüten entfernt hat, in wallendem Wasser einige Minuten lang kochen, nimmt sie mit einem Schaumlöffel heraus und legt sie in kaltes Wasser, bis sie erkaltet sind, wo man sie dann heraus nimmt und abtropfen läßt. Nun kocht man für 500 Gr. Beeren 250 Gr. in Wasser getauchten Zucker, bis er Fäden zieht und kocht die Beeren darin auf, hebt sie mit dem Schaumlöffel aus dem Safte, kocht diesen ganz kurz ein und gießt ihn über die Früchte.

Aus Pröpper: „Das Obst in der Küche".

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Kirschen in geschwefelten Gläsern. 1 Kilo Kirschen, 250—500 Gr. Zucker, 1 Dezil. Wasser. Man setzt die ausgesteinten Früchte mit dem

Wasser und zerbröckeltem Zucker in einer Messingkasserole zu und kocht sie 5 Minuten. Die zur Aufnahme bestimmten, gut gereinigten und ganz trockenen Gläser hält man über den Dampf von brennendem Schwefel, füllt die Marmelade rasch ein, hält auch das bereit gelegte, feuchte Pergamentpapier oder die Schweinsblase über den Schwefeldampf und verbindet heiß.

Aus „Gritli in der Küche".

Kirschenmarmelade — Viermus. Man nimmt hierzu 1 Kilo entsteinte Kirschen, 1 Kilo Himbeeren, 1 Kilo Johannisbeeren und 1 Kilo reife Stachelbeeren (alle Früchte gewaschen und sauber zubereitet) und dazu 3½ Kilo feinen Zucker, schüttet alles in eine Pfanne, kocht es zu steifer Marmelade, gibt zuletzt 1 Theelöffel voll Salicylrum daran und gießt sie in einen großen Steintopf. Wenn sie erkaltet ist, bindet man den Topf zu.

Johannisbeeren in Träubchen. Man koche 500 Gr. Zucker in ⅛ Liter Wasser zum Faden, gebe dann den Schnee von zwei Eiern hinzu, der sich wie eine Haube aufkocht und alle Unreinigkeiten wegnimmt, hebe ihn sorgfältig ab, lasse den Zucker noch einmal aufkochen und im Porzellantopf erkalten. Dann lege man ausgesucht schöne Johannisbeerträubchen in Gläser, übergieße sie mit dem Zucker, überbinde sie und lasse sie im Wasserbade 10 Minuten lang kochen und darin erkalten. Sehr hübsch macht es sich, wenn man rote und weiße Johannisbeerträubchen, jedes für sich einmacht und dann zusammen in einer Schale serviert.

Champignons in Essig. Die Champignons müssen noch geschlossen und recht frisch sein. Sie werden gewaschen, von den Schalen befreit, die Stiele glatt geschnitten, dann sofort in kaltes Wasser gelegt, dem man etwas Essig zugesetzt hat. Dann läßt man mehrmals überkochen. Man legt sie hierauf in Gläser mit Pfeffer, Estragonblättern und einigen feinen Zwiebeln und gießt aufgekochten Essig darüber.

Pröpper, „Das Einmachen der Früchte".

Erbsen (Pois verts) **in Dunst.** 1 Kilo Erbsen, 3 Liter Wasser, 2 Eßlöffel Salz für den Sud. Für den Nachguß ½ Liter Wasser, 1 Kaffeelöffel Salz. Noch junge, möglichst gleich große Erbsen werden in siedendes Salzwasser gebracht und auf starkem Feuer 3—4 Minuten am besten in einem Sieb blanchiert, mit kaltem Wasser erfrischt und in die Gläser eingefüllt unter Aufstoßen auf einem Tuch. Von dem für den Nachguß bestimmten Wasser, welches mit dem Salz aufgekocht worden, gießt man erkaltet zu und sterilisiert 1—1½ Stunden. Aus „Gritli in der Küche".

Krankenpflege.

Bei der Anwendung trockener Wärme in der Krankenpflege benutzt man erwärmte Tücher, Kräuterkissen, Sandsäcke, Wärmflaschen, Wärmsteine oder Thermophore. Statt Wärmflaschen nimmt man oft auch mit Wasser gefüllte Steinkruken, statt Wärmsteinen gewärmte irdene Topfdeckel oder Mauersteine; auch Strümpfe, in die man heiße gequetschte Kartoffeln gefüllt hat, tun gute Dienste. Sehr bequem ist ferner die japanische Wärmkapsel, die die Wärme über 3 Stunden hält. Sie alle finden Anwendung bei Leibschmerzen und Schwächezuständen und sind, damit Verbrennungen verhütet werden, in wollene Tücher einzuschlagen. Kamillenkräuterkissen legt man mit Vorliebe auf die Wangen bei Zahnschmerzen, Sandsäcke auf rheumatische Gelenke und schmerzende Nerven, besonders am Bein. Der heiße Sand wird mit großem Nutzen auch in Form der Sandbäder verwendet, die man sich für Fuß und Arm leicht auf einem Kuchenblech oder in einem Eimer herstellen kann.

Wärmeflaschen und Kruken darf man nur halb füllen, damit sie nicht platzen, und muß sie sehr sorgfältig verschließen, damit das heiße Wasser nicht auslaufen und Unheil anrichten kann. Aus „Leitfaden für Krankenpflege".

Kinderpflege und -Erziehung.

Die Bekämpfung der Sommersterblichkeit der Säuglinge ist alljährlich ein ernstes Problem, über das die Mütter garnicht genug aufgeklärt werden können. Zwei Momente sind ganz besonders zu berücksichtigen, die Frage der Nahrung und der Wohnung. Die neuesten ärztlichen Untersuchungen haben nämlich ergeben, daß nicht nur die Milch allein verantwortlich zu machen ist für die große Zahl der Todesfälle, sondern auch in hohem Maße die Wohnung. Einesteils wirken überhitzte und überfüllte Wohnungen besonders schädlich auf die Milch und steigern somit die Sterblichkeit der künstlich ernährten Kinder, aber auch ihr direkter Einfluß ist nachzuweisen; denn viele Säuglinge gehen unmittelbar an den Wirkungen der Hitze zugrunde. Brusternährung, oder wo diese nicht durchgeführt werden kann, sorgsamste Flaschenernährung mit kühl gehaltener Milch, Wohnungspflege, Lüftung und Unterbringung der Säuglinge im kühlsten verfügbaren Raum, möglichst auch in schattigen Gärten sind wirksame Mittel, die Säuglingssterblichkeit herabzusetzen. Wenngleich eine rationelle Bekämpfung der Wohnungsnot nicht im Bereich des Einzelnen steht, so kann doch die

vernünftige Hausfrau und Mutter oft vieles tun, um die Wohnung erträglicher zu machen. Dazu gehört in erster Linie richtige Kenntnis der Wohnungshygiene, sie muß auf richtige Durchführung der Lüftung bedacht sein, wissen, daß unter Umständen die heiße Außenluft durch geschlossene Fenster abzuhalten ist, sie muß durch geeignete dunkle Gardinen die Sonnenwärme abhalten, durch Sprengen und Aufhängen feuchter Tücher die Temperatur herabsetzen. Auch die Herstellung eines tüchtigen Durchzuges ist keineswegs schädlich und kann sehr erheblich dazu helfen, kühlere Luft zu erzielen. Sache der Mutter ist es auch, zu vermeiden, daß die Säuglinge, wie man es oft sieht, selbst im Sommer in dicken Betten gelagert werden, die ihnen natürlich schädlich sind. Leichte luftige Kleidung für die Kleinen, dünne flache Kissen und richtige Decken sind am Platze. Wer zur Aufbewahrung der Milch kein Eis vorrätig halten kann, vermag viel zu erzielen durch häufig gewechseltes kaltes Wasser.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Rote Rüben (Randen). Die Rote Rübe will, wie alle anderen Wurzelgewächse, einen freien, sonnigen Standort haben. Das Land wird beim Graben nicht frisch gedüngt. In solchem ungedüngten Lande werden die Wurzeln der echten Sorte lang, dünn, glatt, dunkelrot. In gedüngtem oder nur flach gegrabenem Lande machen sie viel Seitenwurzeln, in grobem oder rigoltem Boden werden sie dick, grobfleischig und nicht so schön rot und schmackhaft. — Die Samen werden Ende Juni gesät, am einfachsten gleich an Ort und Stelle, sechs Reihen auf ein Beet, und da jedes Samenknäuel zwei oder drei Pflanzen bringt, auf 8 Zentimeter Abstand nur ein Korn. Später werden die Pflanzen so verdünnt, daß auf 8 Zentimeter Abstand nur eine Pflanze bleibt, ausnahmsweise einmal zwei. Die ausgedehnten Pflanzen lassen sich versetzen. An passender Stelle können Rote Rüben auch eine Einfassungsreihe bilden. Sie dürfen auch schon vom April ab gesät werden, aber da die Verwendung immer erst im November erfolgt, werden frühgesäte Rüben zu groß und grob; später gesäte sind jünger und zarter. Sie können sofort nach dem Einernten eingemacht werden, halten sich aber auch im Keller oder in Erdgruben bis zum Frühjahr. „Praktische Gemüsegärtnerei".

Tierzucht.

Die Zugtiere an Sonn- und Festtagen. Jetzt, in der schönen Jahreszeit, eilen viele hinaus in die Felder, Wälder und Berge, sei es zu Fuß, zu Rad oder zu Wagen. Möchten aber alle diejenigen, die ihre Ausflüge zu Wagen unternehmen, auch daran denken, ihre Fahrten den Zugtieren nicht zur Qual werden zu lassen. Gerade bei solchen Landpartien, wo die Rückkehr gewöhnlich erst spät in der Nacht erfolgt, müssen Pferde, die wochentags nur an langsamen Schritt gewöhnt sind, stundenlang traben, oder es muß ein einzelnes, oft noch kleines oder schwaches Pferd ein Fuhrwerk ziehen, das mit 6—8 Personen besetzt ist. Man achte auch darauf, ob die Wege weich oder ansteigend sind. Müssen sich die Tiere sehr anstrengen, so sollten an schlechten Stellen oder bergan die rüstigen Leute aussteigen und nebenher gehen. T.

Frage-Ecke.

Antworten.

45. Der **Butter** wird noch viel zu große Bedeutung beigelegt, die Industrie bringt sehr gute Kochfette in den Handel, die als Butterersatz wohl empfohlen werden können, so Oleol, Cocosfett &c. &c. Frische Butter ist sehr gut zum Kochen von Gemüsen, wie Zuckererbsen, Kefen, Spargeln, Blumenkohl. Bohnen sind schmackhafter mit Schweinefett. Daß das Kochen mit ausgekochter Butter viel billiger wäre, ist kaum denkbar in Ihrem Falle. R.

46. Über die Zweckmäßigkeit der verschiedenen **Entstaubungssysteme** gehen die Meinungen sehr auseinander. — Transportable, elektrische Apparate, in deren Handhabung die Verwendung kurzer Schläuche entschiedene Vorteile bietet, arbeiten meist mit etwas hohem Vacuum, sind aber zufolge ihrer kompendiösen Bauart weitaus in der Mehrzahl nicht im Stande, das nötige Luftquantum, das von einer guten Entstaubungsanlage verlangt werden muß, zu fördern. Die geförderte Luft, d. h. das Transportmittel für den zu beseitigenden Staub, sollte, wenn nicht Stoffgewebe &c. mit der Zeit Schaden leiden sollen, mit dem Vacuum (Saugkraft) in einem gewissen Verhältnis stehen. Die hydraulischen Anlagen, die das Vorhandensein eines gewissen Wasserdrucks voraussetzen, arbeiten bei richtiger Anordnung trotz höheren Kraftkosten noch ökonomisch. Da der Staub, statt sich in einem Filter, der periodisch gereinigt werden muß, zu sammeln, direkt weggespült wird, ist das hydraulische System dem elektrischen in hygienischer Beziehung unbedingt überlegen. Die Verwendung etwas längerer Schläuche dürfte demnach sehr wohl in Kauf genommen werden, und da hydraulische Anlagen weder Unterhaltungs- noch Reparaturkosten verursachen, stellt sich deren Betrieb bei nicht ausnehmend hohem Wasserzins kaum oder wenig

höher als derjenige elektrischer Apparate. — Die Betriebskosten beider Systeme hängen wesentlich ab von den Tarifen der verschiedenen Elektrizitäts- und Wasserwerke. Ein empfehlenswertes, sorgfältig durchkonstruiertes Fabrikat elektrischer Apparate rein schweizerischerischer Herkunft (mit Sulzer-Ventilatoren) liefern Cattani & Keel, Ingenieure, Freiburg. Zu weiterer Auskunft ist gerne bereit

H. W.

49. Lassen Sie sich von der Firma Huber-Hotz, Großmünsterplatz, Zürich Prospekte kommen und beziehen Sie sich auf das „Schweizer Frauenheim". Sie werden dort gut beraten. Die solide, altbewährte Firma wird gewiß einen **Petrolapparat** auf Lager haben, der Sie befriedigt. E. E.

49. Wenn Sie einen **Petrolherd** anschaffen wollen, so möchte ich Sie auf die Seidel-Petrolherde aufmerksam machen, die ich Ihnen sehr empfehlen kann. Sie sind einfach und solid. Meine Schwester besitzt einen solchen dreilöchrigen schon 20 Jahre und ist immer noch sehr zufrieden damit, trotzdem er stets streng gebraucht wird, für eine größere Familie. Für Preisliste und nähere Auskunft wenden Sie sich an Frau Seidel, Spenglers in Höngg am Wasser.

A. H.-St.

50. Frau Julius Rottmayr, die Gattin des bekannten Pilzforschers hat ein treffliches **Pilzkochbuch** herausgegeben, das jeder Frau warm empfohlen werden kann; es kostet nur 70 Cts. und ist in der Buchhandlung Haag, Luzern erhältlich. R.

51. Von **Pâtisseriebüchern** sind mir bekannt „Die Konditorei im Haushalt", 400 Süßspeisen-Rezepte von Henri Bebler, Konditor in Waldenburg (Baselland). Zu beziehen beim Verfasser. Dann L. v. Pröpper's: „Häusliche Konditorei, mit 325 erprobten Rezepten. Geb. 2 Mark. Verlag von Trowitzsch & Sohn, Frankfurt a. d. O. Lassen Sie sich die Bücher einmal zur Einsicht vorlegen. Emmy.

52. Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen für Ihre **Betten** Frau Meier-Rösli, Kramerstraße 17, Zürich 4 empfehlen. Sie werden dort nicht nur sehr gut und sorgfältig bedient, auch die Preise, die sich nach Größe und Beschaffenheit der Betten richten, sind mäßig.

E. E.

52. Zum Aufarbeiten von **Federbetten und Haarmatratzen** kann ich Ihnen das Spezialgeschäft des Herrn Aug. Ullmann, Centralstraße 51a, Zürich. bestens empfehlen. Die Arbeit wird sauber, gewissenhaft und ganz nach Wunsch ausgeführt, und man wird preiswert bedient. Frau K.

Fragen.

53. Welcher **Backofen** wäre zum Aufsetzen auf einen Petrolherd zu empfehlen?

Frau St.

54. Wie können **Flecken**, von Löwenzahn herrührend, aus einem Wollmußelinkleidchen entfernt werden? Für gütigen Rat dankt

Heckenröschen.

55. Muß man, um **Schweine- oder Ochsennierenfett** gut und nützlich einzusieden, beim Anfang Wasser beigeben und wieviel aufs Kilo Fett? Schweizerin.

56. Wer nennt mir einige **Bananen-Rezepte**? Um etwas Abwechslung zu bieten, möchte ich die Früchte nicht nur frisch oder gedörrt servieren. Zum voraus dankt

Junge Hausfrau.

57. Wie reinigt man weiße **Stoffschuhe** am zweckmäßigsten? Anny.

Salatbereitung mit „Citrovin".

Es gibt viele Leute, die mit gewöhnlichem Essig zubereitete Salate nicht vertragen und es ist deshalb angezeigt, auf das vortreffliche Produkt „Citrovin" hinzuweisen, indem auch der schwächste Magen mit „Citrovin" zubereitete Salate und Speisen gut verträgt, da das Übermäßige von Essigsäure, das sonst schädlich ist, bei „Citrovin" durch die gesündeste und bekömmlichste Fruchtsäure, der Citronensäure, ersetzt ist.

„Citrovin" kann sowohl zur Salatbereitung, als auch zum Einmachen von Früchten und zur Bereitung von Essigfleisch und sauren Speisen verwandt werden. Es gibt den Speisen und dem Eingemachten einen pikanten Geschmack. „Citrovin" ist weder selbst eine Essenz, noch wird zu seiner Herstellung Essenz verwandt. Jeder Liter „Citrovin" enthält den Säurewert von ca. 30 Citronen. Das Produkt gelangt von der Citrovinfabrik Sitterdorf (Thurgau) in konzentriertem Zustande in den Handel und kann zur Verwendung als Speisecitrovin mit zwei bis drei Teilen Wasser verdünnt werden; es ist somit nicht teurer, als gewöhnlicher Essig.

Ein aromatisches, durststillendes Getränk von feinem Fruchtgeschmack bereitet man sich, indem man auf ein Trinkglas Wasser einen Theelöffel Citrovin und zwei bis drei Theelöffel Puderzucker nimmt.