

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

Band: 22 (1915)

Heft: 10

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>



Redaktion:
Elna Schläfli
Zürich.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kranken- und Kinder-
pflege, 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 20 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Nr. 10. XXII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
26 Nummern.

Zürich, 8. Mai 1915.

Ein Kampfplatz ist die Welt;
Das Kränzlein und die Kron
Trägt keiner, der nicht kämpft
Mit Ruhm und Ehr davon. Scheffler.



Blumenpflege im Zimmer.

(Nachdruck verboten.)

Wo Blumen sind, ist Freude und Leben, sagt ein wahres Wort. Darum sucht jede blumenliebende Hausfrau auch ein Gärtchen anzulegen oder doch wenigstens mehrere Blumentöpfe zu halten, und die Balkonbesitzerin schätzt sich glücklich, wenn sie ihre Kästen mit wildem Wein, Efeu, Geranien, Kressen oder andern Blumen schmücken kann. Wer aber auch auf den Balkon verzichten muß, der legt sich sein „Gärtchen“ auf dem Fensterbrett an und pflanzt, was ihm gerade in den Weg kommt.

Leider gibt es kaum eine Liebhaberei, die mit so wenig Verständnis betrieben wird, wie die Blumenzucht im Zimmer. Es ist daher nicht zu verwundern, daß die Pflanzen nicht gedeihen wollen, obgleich man sie fleißig gießt, dann wieder der heißen Sonne aussetzt, mit Zigarren-

asche düngt, sie verschiedentlich umpflanzt, kurz, sie langsam zu Tode quält. Die Blumenpflege will verstanden sein. Ein Hauptfehler besteht darin, daß die meisten Hausfrauen eine Pflanze wie die andere behandeln, und doch erfordert fast jede ihre besondere Behandlung.

Die Ansicht, daß die Blumen besser gedeihen, wenn sie in großen Gefäßen stehen, ist falsch. Der Blumentopf muß immer im richtigen Verhältnis zu der Pflanze stehen. Wenn die Erdmasse zu groß ist, so versauert sie, weil die Pflanze die in der Erde enthaltenen Nährstoffe nicht entziehen kann und weil sie die Feuchtigkeit, die sich beim Gießen in der Erde ansammelt, nicht aufzusaugen vermag. Die Wurzel beginnt zu faulen und die Pflanzen sterben ab.

Tulpen, Hyazinthen, Krokus und andere Blumenzwiebelarten brauchen nur einen schmalen, tiefen Topf, ebenso wie die Palmen und Rosen. Pflanzen mit ausgedehnten Wurzeln, wie Nelken, Azaleen, setze man in flache, breite Töpfe.

Blumentöpfe sollen immer aus porösem Ton sein, weil dann eine Ausdünstung möglich ist. Undurchlässige Töpfe sind unbrauchbar, ebenso alle solche, die am

Boden kein Abflußloch haben. In den Blumenuntersätzen soll kein Wasser stehen, weil die Feuchtigkeit immer wieder von der Erde aufgesaugt wird und die Wurzeln anfangen zu faulen. Man benutze auch keinen alten Blumentopf, ehe man ihn nicht mehrmals mit kochendem Wasser ausgebrüht und abgebürstet hat.

Sehr wichtig für das Gedeihen der Pflanzen ist die Blumenerde. Es ist falsch, vom Gärtner einen Eimer Erde zu holen und nun alle Blumen der Reihe nach einzupflanzen. Man bedenke, daß eine Pflanze schweren und zähen, eine andere lockeren, eine dritte fetten, eine vierte sandigen oder mageren Boden braucht. Die Hausfrau kann sich nur auf leichte Mischungen einlassen. Für gewöhnlich braucht man Gartenerde, Mistbeeterde und Moorerde, dazu kommt dann noch etwas Sand. Daß Alpenveilchen, Tulpen, Krokus sandige Erde brauchen, ist bekannt. Für die Azaleen und einige Rosenarten kommt fetter, schwerer Boden in Frage.

Alle Topfgewächse muß man vor schroffem Wärmewechsel bewahren. Man setze sie nie der grellen Mittagssonne aus, auch lasse man sie nie stundenlang in der Sonnenglut stehen. Reichlich Licht ist eine Hauptbedingung für das Fortkommen der Pflanze, darum vermeide man bei der Aufstellung alle nach Norden gelegenen Räume. Wie wichtig das Licht für die Pflanze ist, ersieht man deutlich daraus, daß sich alle Blätter und Blüten dem Lichte zuneigen, man muß deshalb, um ein schiefes Wachstum zu verhindern, die Töpfe von Zeit zu Zeit drehen. Aber nicht nur Licht, auch Luft muß die Pflanze reichlich haben, man soll daher besonders die Zimmer, in denen Blumen stehen, oft und gründlich lüften.

Das Begießen der Pflanzen ist keineswegs einfach. Manche Pflanzen dürfen niemals ganz austrocknen, andere wieder brauchen mehrere Wochen hindurch kein Wasser. Bis zum eigentlichen Welken darf man aber keine Pflanze kommen lassen. Man soll im allgemeinen selten, aber dann so reichlich gießen, bis das Wasser im Blumenuntersatz steht und die ganze

Erde gut durchnäßt ist. Daß im Untersatz befindliche Wasser ist dann nach wenigen Stunden wegzugießen.

Zum überbrausen benutzt man eine Blumenspritze oder einen Zerstäuber, weniger ratsam ist eine Gießkanne, weil das Wasser nicht fein genug zerteilt wird.

In den heißen Sommermonaten gieße man am Abend, sonst in den Mittagsstunden. Niemals darf man aber eine Blume gießen, die durch darauffallende Sonnenstrahlen erwärmt ist. Sehr vorteilhaft für das Wachstum ist es auch, die Pflanzen hin und wieder dem Regen auszusetzen. Ferner ist noch darauf zu achten, daß das Wasser immer richtig temperiert sei, d. h. es muß zum mindesten die Temperatur haben wie der Raum, in dem die Blumen sich befinden.

Wenn Topfpflanzen zu kränkeln beginnen, handelt es sich in den meisten Fällen um Regentwürmer oder Engerlinge. Man nimmt die Pflanze aus dem Topf, entfernt vorsichtig alle Erde und setzt sie um, oder man begießt den Topf regelmäßig mit Wasser von 25 Grad Wärme oder mit einer ebenso warmen Abkochung von frischen Aufblättern. Aber auch auf den Zweigen, den Blättern und Blüten sammeln sich oft Raupen, Blattläuse und besondere Fliegenarten an, die man vertreiben muß. Man besprengt zu diesem Zweck die Pflanze mit dünnem Seifenwasser oder wäscht sie damit ab. Dann muß die Pflanze mit klarem Wasser übergossen und sorgfältig von allem Seifenschäum gereinigt werden.

Wenn Fäulnis durch zu reichliches Gießen entsteht, sind die kranken Teile abzuschneiden, die Pflanze in einen kleinen Topf zu setzen und der Erde ein beträchtliches Quantum Sand beizumischen. Die Gelb- und Bleichsucht der Pflanze stellt sich ein, wenn der Pflanze nicht genügende oder nicht die richtigen Nährstoffe zugeführt werden. Diesem Mangel ist durch richtiges Düngen abzuhelpen.

Es ist eine große Unsitte, Blumen zu sehr zu verschneiden. Durch das Abstutzen der Spitzen erzielt man mitunter mehr

Blätter, aber desto weniger Blüten. Welke Blätter und franke Zweige müssen unverzüglich entfernt werden, und Blüten schneide man an dem Tage ab, an dem sich die ersten Spuren des Verwelkens zeigen, denn sie entziehen der Pflanze unnötig viel Kraft. Größere Schnittflächen müssen mit Baumwachs verklebt werden.

Pflanzen, die sich nicht allein aufrecht halten können, binde man an Stöckchen an, doch darf der Bast, der hierbei Verwendung findet, nur sehr lose geschlungen werden, damit er die Entwicklung der Pflanze nicht hindert.

Befolgt die Hausfrau diese wenigen Lehren, so wird sie immer Freude an ihrem „Gärtchen“ haben, und ein herrlicher Blumenflor wird der Dank für die Sorgfalt sein, die sie den Kindern Floras angebeteilt ließ.

M. Trott.



Soll man kleine Kinder abhärten?

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Abhärtung besteht in der Anpassung unseres Körpers an die wechselnden Temperaturen, denen wir in unserm Klima ausgesetzt sind. Unser Körper soll die Fähigkeit erwerben, Abkühlung ohne Schaden zu ertragen. Wir üben bei der Abhärtung eine Gymnastik der Hautmuskeln aus, welche die kleinen Blutgefäße und damit die Wärmeabgabe regeln; wir stählen die Federkraft der Haut und wappnen sie gegen Erkältung und deren oft schwere Folgen. Somit ist Abhärtung von Nichtigkeit an für die Gesunderhaltung des Körpers und zur Krankheitsverhütung durchaus notwendig. Aber bei kleinen Kindern, namentlich wenn sie blutarm, schwächlich, reizbar sind, richtet Abhärtung mit kaltem Wasser oft Schaden an. In der ersten Lebenszeit hat der zarte Organismus schon mit der Bewältigung der unvermeidlichen abwechselnden Lustreize (z. B. beim Umkleiden, Baden) genug zu tun, so daß durch irgend welche größere Abkühlungen das Wärme-Gleichgewicht in erheblichem Maße gestört wird. Leicht kann aus solchen

Störungen eine vermehrte Neigung zu Infektionskrankheiten entstehen. Kalte Waschungen bei schwächlichen kleinen Kindern veranlassen nervöse Reizbarkeit. Oft lassen sich Blutarmut, ständiges Frostgefühl, nervöse Erregung oder Schlaflosigkeit schnell beseitigen, wenn die bisherige Anwendung kalten Wassers aufgegeben wird. Erst ganz allmählich müssen sich im kindlichen Organismus die Fähigkeiten der Anpassung an kältere Temperaturen ausbilden. Daher beginne man mit der Abhärtung durch kalte Wasseranwendungen im allgemeinen nicht vor dem vierten Lebensjahre, nur bei sehr kräftigen Kindern früher. Stets sollen die Anwendungen aus der Bettwärme heraus vorgenommen werden. Bei älteren Kindern kommen dann die sehr zuträglichen Duschen und Schwimmbäder hinzu. Vorsichtig sei man in der Pubertätszeit, wegen der großen Empfindlichkeit des Nervensystems.

Viel milder als Wasser wirkt Luft. Infolge des geringen Wärmeleitungsvermögens der Luft (25mal so klein wie Wasser) ist die Wärmeentziehung im Luftbad nicht bedeutend und der thermische Reiz ist nur anregend, aber nicht aufregend. Infolge der milderen Einwirkung kann der Aufenthalt im Luftbad viel länger dauern als im Wasserbad; dadurch wird der Gesamterfolg für den Stoffwechsel, trotzdem er milder und langsamer einsetzt, doch größer und nachhaltiger als bei Wasseranwendung. Durch die langanhaltende Übung im Luftbad werden mit der Zeit die Muskeln und Gefäße der Haut zu schnellerer Tätigkeit erzogen, sie werden in prompter Reaktion bei Temperaturwechsel geübt, die Haut wird — „abgehärtet“.

Wegen der milden Einwirkung kann man Luftbäder mit Nutzen sogar schon in den ersten Lebensmonaten anwenden, allerdings unter Berücksichtigung der Konstitution des Kindes und unter sorgfältiger Bemessung der Temperatur und Dauer der Einwirkung. Anfangs kürzere, später längere Zeit kann man kräftige Säuglinge teilweise oder ganz unbedeckt der Luft

aussetzen im geheizten Zimmer oder bei warmem Wetter auch in freier Luft. Gewöhnlich sorgt lebhafteste Muskelbewegung der Arme und Beine (Strampeln) für die nötige Steigerung der Wärmebildung. Von großer Wichtigkeit ist das Luftbad als Schutzmittel gegen Überwärmung der Säuglinge. Bei heißer Sommertemperatur sollte man durch Verminderung und zeitweise gänzliches Ablegen der Kleidung eine Wärmestauung verhindern, wodurch gewiß die gefährlichen Verdauungsstörungen häufig vermieden würden.

Bei größeren Kindern haben Luftbäder ganz ausgezeichnete Erfolge, besonders wenn es sich um Verweichlichung, Neigung zu Erkältungen, große Erregung des Nervensystems handelt. Man lasse die Kinder öfter in einem weiten dünnen Luftbadestium stundenlang bei warmem Wetter im Freien oder wenigstens bei offenen Fenstern im Zimmer zubringen. Das Luftbad ist bei kleineren und größeren Kindern eine der hervorragendsten hygienischen Maßnahmen: es härtet die Haut dauernd ab, festigt die Gesundheit, trägt bei zur Verhütung von Krankheiten und fördert nach solchen die Rekonvaleszenz in günstigster Weise.

Bei den Luftbädern kommt außer der Einwirkung der Luft noch die des Lichtes in Betracht. Besonders für den wachsenden Organismus der Kinder ist sie von größter Bedeutung, wie ärztliche und hygienische Erfahrungen immer wieder deutlich beweisen. Jedenfalls wirken Licht und Luft vereinigt auf den kindlichen Körper als milder und äußerst heilsamer Lebensreiz.

Haushalt.

Was wir an Wegrainen finden. In der „Frauentwirtschaft“ gibt J. Martin sparsamen Hausfrauen den guten Rat, sich zur Entlastung ihres Haushaltungs-Budgets in Feld und Wiese Gemüse zu suchen und dadurch etwas Abwechslung in den Speisezetteln zu bringen.

Brennnesseln geben, wie Spinat gekocht, ein gutes Gemüse, nur fügt man dem Ab-

kochwasser eine Prise Zucker bei. Und bis in den Sommer hinein ist es zu haben, nur nimmt man später nicht mehr die Schäfte dazu, nur Blätter und Spitzen.

Löwenzahnblätter bereitet man wie Kopfsalat, so lange sie noch klein sind, später bindet man die Blätter in Bündel, legt sie drei bis acht Tage in frisch aufgeworfene Erde oder in den Keller in angefeuchteten Sand, bis sie gelb werden, schneidet sie dann fein und bereitet sie wie Endiviasalat.

Brunnenkresse ist sehr gesund. Sie wird kurz vor dem Aufragen mit Öl, Salz, Pfeffer und Essig angemengt.

Auch Feldsalat, oder Rapünzchen genannt ist vielfach noch auf unbestellten Feldern zu finden und erfährt die gleiche Behandlung wie Brunnenkresse.

Dann sind der **H e b e r i c h** und die **M e l b e** nicht zu vergessen, die wohl auf jedem Schutthaufen zu finden sind und ein vortreffliches Gemüse ergeben, wenn sie wie Spinat bereitet, nur etwas kräftiger gewürzt werden.

Wem **H o p f e n s p i z e n** erreichbar sind, der wird durch eine Zubereitung wie bei Blumenkohl ein feines Gemüse erhalten, das zu Braten vorzüglich ist.

S a u e r a m p f e r ist etwas köstliches, und es ist gut, daß wir ihn vom Frühjahr bis zum Herbst immer wieder haben können. Auch ihn kochen wir wie Spinat. Wenn wir aber etwas außerordentlich Gutschmeckendes haben wollen, rühren wir sauren Rahm an und quirlen ein Eidotter dazu.

Flecken von Milchkafee aus wollenen Stoffen zu entfernen. Man bestreiche den Fleck mit Glycerin, wasche mit lauwarmem Seifenwasser nach, spüle mit reinem Wasser und plätze feucht auf der linken Seite. L.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Falsche Hühnersuppe, † Kalbsohren, * Spargeln mit Karotten, Pariserkartoffelchen, * Rhabarbertorte.

Montag: Restensuppe, † Gehackte Beefsteak, Spinat mit Eiern, * Kartoffelgöbe.

Dienstag: Geröstete Mehlsuppe, * Ruheuter in Sauce, Neue Kartoffeln, * Specksalat.

Mittwoch: † Krautsuppe, Bratwurst, † Makkaroni mit Äpfeln.

Donnerstag: Einlaufsuppe, * Kalbsbrust mit Champignonfüllung, † Milchgemüse, † Konfitürentorte.

Freitag: * Kraftsuppe, Leberschnitten, † Brunnenkressigemüse, * Rhabarber-Reis.

Samstag: Hausmannssuppe, Gulasch, Maischnitten, † Blumenkohl-salat.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Rochrezepte.

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

Kraftsuppe. 150 Gr. Linsen, 150 Gr. Grünkern, 150 Gr. Suppengrün (Petersilie, Sellerie und Lauch oder Zwiebel), 30 Gr. Mehl, 1 Ei, Backfett, Salz, 2 $\frac{1}{2}$ Liter Wasser. Die gereinigten Linsen und Grünkerner werden abends zuvor in das zum Kochen bestimmte Wasser eingelegt und dann am andern Tag mit Salz 2 Stunden gekocht. Das verschiedene Suppengrün wird sehr fein gewiegt und fünf Minuten in der Suppe mitgekocht. Nun treibt man die Suppe so gut als möglich durch ein nicht zu enges Drahtsieb, und nimmt alles, was nicht durchgeht, in ein Schüsselchen, gibt Mehl und Ei dazu, und rührt das Teiglein gut. In viel heißes Backfett gibt man nun von diesem Teig mit dem Löffel haselnußgroße Klößchen, läßt sie schwimmend schön gelb backen, fischt sie heraus und gibt sie in die angerichtete Suppe.

Kalbsbrust mit Champignonfüllung. Man bereitet aus Champignons, welche man im Mörser fein zerstoßen hat, und feingehacktem Kalbsfleisch eine Füllung und läßt diese unter Beigabe von feingehackter Petersilie in etwas Butter schnell durchdünsten. Die vorbereitete Kalbsbrust füllt man nun mit der Farce und brät das Ganze in Butter unter Beigabe von Zitronenschale, Salz und Gewürz. Nach der Fertigstellung des Bratens wird der Fond mit Fleischbrühe oder Wasser losgekocht und die Sauce mit Mehl verdicke.

Aus „Unsere ehbaren Pilze“.

Das **Ruheuter**, ein verkanntes Stück Fleisch, ist für die Küche ein schätzenswertes Gericht; es ist nicht allein seiner Billigkeit wegen, sondern auch seiner mannigfaltigen Verwendbarkeit halber nützlich. Es wird gut abgewaschen und recht weich im Wasser gesotten; wenn es keine Milch enthält, so kann ein Viertelliter gute, süße Milch dazugegeben werden. Ist es weich, dann gibt man in eine Pfanne etwa ein eigroßes Stück Fett, macht eine weißgelbe Einbrenne und verrührt sie mit der Brühe, in der das Euter gekocht hat. Dann gibt man Essig und Zitronensaft dazu, und läßt noch ein wenig kochen. Hierauf nimmt man das Fett von dem Euter weg, schneidet es in breite Stücke und gießt die Sauce darüber, welche etwas dicker als Einmachsauce sein soll. — Wie oben angegeben gibt das Euter gesotten, gesalzen, in Ei und Semmelmehl getaucht und umgekehrt und in Schmalz gebacken, eine gute Gemüsebeilage.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.

Kartoffelgöze. 1 Kilo Kartoffeln, $\frac{1}{4}$ Kilo Mehl, 3 Eier, 1 Liter Magermilch, 50 Gr. Speck, 60 Gr. Fett, 10 Gr. Salz. Die Kartoffeln werden gewaschen, roh geschält, gerieben

und schnell in einem Tuch fest ausgewunden. Zu der im Tuch zurückgebliebenen Masse gibt man das Mehl, 2—3 Eier, 1 Liter Magermilch, den ausgebratenen Speck und das nötige Salz, mengt alles gut untereinander und streicht die Masse centimeterdick, gleichmäßig und fest in eine reichlich mit Fett ausgestrichene Bratpfanne, in der man den Gözen hellbraun bäckt. Man kann die Masse auch wie die Puffer in der Eierkuchenspfanne backen.

Will man den Gözen recht locker haben, so nimmt man weniger Mehl, dafür aber tagszuvor gekochte und dann geriebene Kartoffeln. Bereitungsbauer 1 Stunde.

Specksalat. 3 Salatköpfe, 30 Gr. Speck, Salz, 1 Pr. Zucker, Essig. Der Salat wird verlesen, gewaschen und zum Ablaufen auf ein Sieb getan. Der Speck wird in kleine Würfel geschnitten und ausgebraten. Zu diesem Speck gießt man den Essig, läßt ihn mit dem Speck einmal aufkochen, gießt ihn lau über den in einer Schüssel angerichteten Salat, gibt Salz und Zucker hinein, mischt alles gut und bringt den Salat sogleich auf den Tisch. Wenn er lange steht, fällt er zusammen und wird unscheinbar, desgleichen wenn die Brühe ganz heiß über die Blätter gegossen wird.

Aus „Die Nahrung“ von U. von Nostitz.

Spargeln mit jungen Karotten. Junge Karotten werden gepuht, gewaschen und in runde oder längliche Stücke geschnitten, darauf in Butter unter öfterem Umschütteln weichgedünstet, dann mit Fleischbrühe, die mit hellbrauner Einbrenne verdicke ist, langsam kurz eingekocht und mit Salz nebst etwas gehackter Petersilie gewürzt. Unterdessen kocht man den geschälten, in kurze Stücke geschnittenen Spargel in siedendem Salzwasser mit ein wenig Butter weich, läßt ihn auf einem Sieb abtropfen, gibt ihn zu den Karotten, schwenkt beides gut durcheinander, dünstet es noch kurze Zeit zusammen und gibt dann das Gemüse mit Roteletten, kleinen Würstchen oder kleinen Kalbs-Fricandeaux zu Tisch.

Rhabarberreis. Man kocht 300 Gr. Reis mit $\frac{2}{5}$ Liter Wasser, $\frac{1}{5}$ Liter Milch, ganz wenig Salz und einer kleinen Tasse Zucker schön weich, dämpft in einem andern Topf $\frac{1}{2}$ Kilo klein geschnittene Rhabarberstengel mit wenig Wasser und viel Zucker, gibt das entstandene Mus abwechselnd mit dem Reis in eine Glasschale und stellt es kalt bis zum Gebrauch.

Aus Briegleb „Die vegetarische Küche“.

Rhabarbertorte. 250 Gr. Mehl, 180 Gr. Butter, 60 Gr. Zucker, etwas Zimt, Salz, 3 Eidotter, Rhabarber. Man bereitet aus obigen Zutaten den Teig, rollt ihn aus, belegt mit dem größten Teil desselben eine Tortenform und streut gestoßenen Zwieback darüber. Falls der Rhabarber nicht getrieben

ist, schält man die Stiele, schneidet sie in drei Zentimeter lange Stücke, bringt sie auf den Teig, bestreut sie mit Zucker (125 Gr. für 250 Gr. Rhabarber), und schließt mit einem Deckel von dem Teigreste, den man mit Ei bestreicht und darauf den Kuchen backt.

Aus „Häusl. Konditorei“ von Pröpper.

Gelbrüben - Konfitüre. (Verwendung finden Karotten oder sonstige Gelbrüben auch sog. Pfälzerrüben). In wenig Wasser, dem das Gelbe der Rinde einer $\frac{1}{4}$ Zitrone beigegeben wird, werden feingeschnittene Gelbrüben weichgekocht und durch die Hackmaschine getrieben. Das Gelbe der Rinde von 2 Zitronen wird ganz fein gehackt und unter die gehackten Rüben gemengt. Das Wasser wird nicht weggegoßen, sondern man läßt darin den Zucker (auf 1 Kilo gehackte Rüben rechnet man 800 Gr. Zucker) zu Sirup kochen, mengt das Gehackte darunter und gibt den Saft von 3 Zitronen (auf das genannte Quantum) dazu. Nachdem die Konfitüre 20 Minuten gekocht hat, richtet man sie an; sie ist sehr wohlschmeckend und gesund.

Moussierende Limonaden. Rezept I: 6 Liter Wasser, $\frac{1}{2}$ Kilo Zucker, 1 Dezil. Essig, 1 Zitrone, 1 kleine Handvoll Lindenblüten oder Holunderblüten oder von beiden zugleich.

Rezept II: 6 Liter Wasser, $\frac{1}{2}$ Kilo Zucker, 1 Deziliter Essig, $\frac{1}{2}$ geriebene Muskatnuß, 1 Handvoll Reiskörner, 1 Handvoll Blätter vom schwarzen Johannisbeerstrauch, 5 Gr. kristallisierte Zitronensäure.

Zu Rezept I, II werden alle Ingredienzen zusammen in einen Steintopf oder eine Korbf flasche gebracht, von der Zitrone die fein abgeschchnittene Rinde und der Saft und unter mehrmaligem Umrühren am ersten Tage, 2 bis 3 Tage an die Wärme gestellt. (Nähe des Ofens oder an die Sonne). Es tritt Gärung ein. Sobald diese begonnen, was sich durch kleine Bläschen auf der Oberfläche zeigt, wird die Limonade durch ein Tuch gefeilt und in solide Flaschen mit oder ohne Patentverschluß abgezogen. In letztem Falle muß die Flasche gut verforcht und verbunden werden. Man hebt sie stehend im Keller auf. Nach einigen Tagen Ruhe ist die Limonade gebrauchsfertig. Sie kann aber auch wochenlang aufbewahrt bleiben.

Aus „Gritli in der Küche“.

Gesundheitspflege.

Die Heilkräuter haben die Kraft, Stoffe anzuziehen, welche unsern Gartengewächsen fehlen, und dadurch können sie dem Körper zuführen, was ihm fehlt; die Salze, die dem Blute, dem Gehirn, den Nerven oder Knochen fehlen; die Säuren, welche unreine Stoffe aus dem Körper herauslösen. Man darf sich

aber nicht vorstellen, daß die Wirkung der Kräuter von einem Tag zum andern vollständig und dauernd sei, und ganz besonders darf man nicht denken, man müsse gegen dieses oder jenes Übel nur brav Thee trinken und im übrigen dürfe man eine ungesunde Lebensweise führen, besonders im Essen und Trinken; dadurch würde erstens jede Heilwirkung schon im Beginn zerstört werden und der eingenommene Thee käme nicht dem Körper zugute. Man soll während der Kur besonders seine Nerven schonen und sich an die vorgeschriebene Diät halten. Wenn der Darm voll von Speisen ist, kann der Thee gar nicht an die Darmwände gelangen und aufgesaugt werden, er vermischt sich mit dem Speisebrei und geht zum großen Teil mit diesem ab; darum empfiehlt Frau Dr. Lucci vom Mittagessen ab zu fasten und abends eine halbe Portion Thee zu nehmen. Dann wird der Thee gut aufgesaugt und wirkt über Nacht. Am andern Morgen soll wieder nüchtern die andere halbe Portion getrunken werden und erst eine Stunde darauf soll das Morgenessen folgen. Wer es der Arbeit halber nicht mit zwei Mahlzeiten aushalten kann, der mag etwa um fünf Uhr ein bescheidenes Abendessen von Obst und Brot zu sich nehmen und den Thee vor dem Schlafengehen trinken.

Krankpflege.

Zur Wundbehandlung. Bei allen Wunden ist für die erste Hilfeleistung zunächst die Hauptsache: nicht schaden durch Verunreinigung der Wunde. Schädigende Reime sind vorhanden in Schmutz jeder Art, im Staub der Luft, in unreinem Wasser usw.; sie haften an Gegenständen, durch welche die Verwundung veranlaßt wurde (Glassplitter, Messer, Schere, Nadel usw.), ferner an Kleidungsstücken, an den Händen und hier vor allem unter den Rändern der Fingernägel; sie befinden sich an schlecht aufbewahrten und mit den Händen berührten Verbandstoffen usw. Besonders gefährlich ist es, wenn auf irgendeinem der genannten Wege Ansteckungsstoffe in die Wunde gelangen, die von Leichen oder fauligem Fleisch, ferner auch von Absonderungen ansteckender innerlicher Krankheiten und sonstigen faulenden oder übelriechenden Dingen entstammen.

Soll das Eindringen von Erregern der Wundkrankheiten verhütet werden, so bedarf auch die aller kleinste Wunde der größten Sorgfalt und peinlichsten Reinlichkeit beim Verbinden. Bei frischen Wunden genügt es, wenn das Verbandzeug unbedingt rein und keimfrei gemacht ist und der Verband so angelegt wird, daß das nachträgliche Eindringen von Keimen sicher verhütet ist. Man kann aber auch

— und früher verfuhr man so in der Regel — zum Verbinden trockene Stoffe (Wundpulver) oder Flüssigkeiten mit solchen Zusätzen in Anwendung ziehen, welche geeignet sind, Pilzkeime zu töten oder doch unwirksam zu machen. In beiden Fällen aber soll jede Berührung der Wunde mit den Händen beim Verbinden vermieden werden — mögen die Hände auch noch so sorgfältig und kurz vorher gereinigt sein. Denn Reinlichkeit im Sinne des Alltagslebens und Reinlichkeit im Sinne der Wundbehandlung sind zwei ganz verschiedene Dinge.
Dr. Schmidt.

Mittel gegen Kopfweh. Ein sehr einfaches, aber wirksames Mittel gegen Kopfweh, wenn es von Blutandrang herrührt, ist das langsame Trinken eines Glases frischen Wassers. Es hilft fast immer. L.

Kinderpflege und -Erziehung.

Nicht selten kontrastieren geistige und körperliche Entwicklung des Kindes am Schluß des ersten Lebensjahres. Besonders häufig findet man geistig sehr rasch vorwärtsschreitende Kinder, die körperlich wenig leistungsfähig sind. Von Einfluß ist hier oft, wie weit sich die Umgebung mit dem Kinde abgibt und die geistige Entwicklung forciert. Man kann sich des Eindrucks nicht erwehren, daß dies manchmal auf Kosten der körperlichen geschieht. Namentlich Kinder nervöser Eltern sollte man in den ersten Lebensjahren möglichst in Ruhe lassen und in der geistigen Entwicklung eher zurückhalten als fördern. Alle Sinnesreize wirken auf sie viel stärker ein, als auf nervengesunde. Das läßt sich schon in den ersten Lebenswochen an ihrer großen Schreckhaftigkeit und dem leichten Schlaf erkennen. Wird mit derartigen Kindern zu viel Unterricht getrieben, so machen sie allerdings erstaunliche Fortschritte, lernen sehr früh sprechen, die verschiedenen ihnen gezeigten Gegenstände unterscheiden und andere Kunststücke mehr. Gleichzeitig aber leidet oft ihr Schlaf, er wird unruhig und unterbrochen und schlägt gelegentlich in eine ganz unerhörte, manchmal irrtümlich auf das Zahnen geschobene Schlaflosigkeit um.

Aus „Gesundheitspflege des Kindes“
von Dr. J. Bernheim.

Das Tragkissen fängt an, vielerorts aus der Mode zu kommen. Gewiß mit Unrecht; denn nicht nur wird das Kind darin beim Aufsein und Austragen gründlich warm gehalten, sondern es erhält für den schwachen Rücken in den ersten Monaten eine wertvolle Stütze. Zu diesem Zweck muß du das Kissen aber aus einer festen Schicht Rogghaar, mit Wolle bedeckt, herstellen, damit es einen guten

Halt gibt. In den zwei ersten Monaten soll das Kind immer im Kissen ausgetragen werden. — Mit 4—5 Monaten, wenn der Rücken so erstarrt ist, daß das Kleine auf deinem Arm sitzen will, so vertausche am Tag die Windeln mit Windelhöschen, aus Wolle bei kühlem, aus Barchent bei heißem Wetter; dann ziehst du ihm ein nur bis an die Füßchen reichendes Röckchen an, damit es seine Beinchen tüchtig zum Laufenlernen vorbereiten kann. Auf warme Füßchen muß du besonders bedacht sein; zur Winterszeit tun den ganz Kleinen sogar in den Windeln wollene Strümpfchen sehr gut. Im Sommer genügt für die Größern nachts eine Windel. Sobald das Kind anfängt, sich selbst aufzurichten, so muß du für kürzere Kleidchen und Schuhe mit festen Sohlen sorgen, damit es sich freier bewegen kann und sich gewöhnt, fest und nicht schief aufzutreten.

Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“

von Dr. Marie Heim-Vögtlin.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Ueber den Einfluß des Mondes auf die Vegetation schreibt F. Heinzelmann in „Krauts Haus- und Gemüsegarten“:

„Es ist Tatsache, daß man noch mancherorts vor dem Säen und Pflanzen den Kalender zur Hand nimmt, um zu sehen, ob die „guten Zeichen“ vorhanden seien für die projektierte Arbeit; ja es gibt Leute, die, von einer fixen Idee befangen, nichts in Garten und Feld unternehmen, es sei denn im „rechten Zeichen“. Gegen solche Ansichten ist schwer anzukämpfen. Man kann nur mit unumstößlichen Tatsachen dagegen vorgehen. Als eine solche Tatsache, die beweist, wie nichtig diese Kalenderzeichen sind, können das Frühjahr und die Ernte vom Jahre 1865 bezeichnet werden.

Bekanntlich lag im genannten Jahre bis zum 1. April tiefer Schnee, und als dieser plötzlich verschwand, zog nicht der Frühling, sondern man kann sagen der Sommer ein. Alle Arbeit kam zusammen; man mußte alles zu gleicher Zeit setzen und säen; Bäume und Reben mußten wegen dem Austreiben der Blätter gesetzt und geschnitten werden, trotz der ungünstigen Kalenderzeichen. Und was war das Resultat? Das Jahr 1865 steht bei uns in gutem Andenken; es zählt zu den wirklich guten; sowohl im Garten als im Weinberge gab es gute Ernten.

Das allein richtige Zeichen beim Gartenbau ist: passendes und gut zubereitetes Land, guter Samen und richtige Saat, verständige Besorgung, günstige Witterung und dann die Wahl des rechten Zeitpunktes der Ernte.“

Tierzucht.

Zur Gänsezucht. Die jungen Gänse müssen 24 Stunden nach dem Ausbrüten unberührt im Nest oder in einem warm mit Federn au. gefütterten Korb in der Nähe des Ofens bleiben, bis sie ganz trocken sind. Nimmt man sie dann einzeln in die Hand und taucht ihren Schnabel in frisches Wasser, so werden die Gänse sofort anfangen zu saufen. Hierauf wird ihnen etwas Futter, bestehend in hart gekochten, gehackten Eiern und fein gewiegten Brennesseln auf einem hölzernen Teller vorgestellt; auch muß ein flaches Gefäß voll Wasser hingeseht werden, mit einem Stein in der Mitte, damit die alte Gans es nicht umwerfen kann. Grünes Futter, namentlich die Brennessel, haben die jungen Gänse durchaus nötig. Am zweiten Tag mischt man schon Schrotmehl oder Kleie, beides mit Milch angerührt und mit gehackten Brennesseln und Brotkrumen gemischt, zum Futter. Allmählich gibt man gekochte, zerquetschte Kartoffeln mit Kleie, jungen Klee, Kohl- und Salatblätter, auch Rüben, Möhren, alles fein gehackt. Bis die Gänse vier Wochen alt sind, müssen sie sehr oft gefüttert werden. An schönen, warmen Tagen können die Gänse in den Grasgarten gebracht werden; sobald aber Regen fällt, müssen sie sogleich wieder unter Dach kommen. So lange ihr Gefieder nicht völlig ausgebildet ist, muß man sie sorgfältig vor Nässe und Kälte schützen. Im Alter von sechs Wochen beginnt der Federansatz und mit diesem vermehrt sich der Bedarf nach stärkeren Futtergaben. Zu der Zeit, wo die Gänse ihre Schwungfedern bekommen, wollen sie nicht allein viel, sondern auch sehr kräftiges Futter. Haben sie diese Zeit überstanden, so können sie mit den Alten auf den Wiesen und Stoppeln weiden und brauchen nur eine geringe Zugabe von Möhren oder Kartoffeln.

Aus „Hof und Garten“.

Daß nur von gesunden und gut eingewöhnten Vögeln Zuchterfolge zu erwarten sind, ist eigentlich selbstverständlich; auch hat man zu beachten, daß die Zuchtvögel in bestem Körperzustande sich befinden, namentlich nicht zu fett sind, und daß ihr Gefieder vollkommen ist. Die Zuchtvögel müssen mindestens ein Jahr alt sein, sie bleiben meist bis zum fünften oder sechsten Jahre gut zuchtbrauchbar. Die meisten großen Papageien werden zwar sehr spät nistreif, bleiben es aber bis ins hohe Alter hinein.

Beim Befehen der Zuchträume prüfe man genau, ob die Vögel, die man zusammenbringen will, auch eine friedfertige Natur besitzen. Nur wenige Vögel nisten in mehreren Pärchen gleicher Art einträchtig nebeneinander, in der Regel befehlen sich gleiche und nahe verwandte

Arten aufs heftigste. Auch zeigen sich einzelne Tiere einer sonst als harmlos bekannten Art mitunter sehr böseartig oder doch als so rauf-lustig, daß man sie nicht im Zuchtkäfig oder in der Vogelstube halten kann. Des weiteren bevölkere man die Zuchträume nicht allzu-stark. Bei größeren Vogelstuben gebe man höchstens zwei bis drei Paare auf den Kubik-meter Raum. W.

Frage-Ecke.

Antworten.

33. Die Refen sollten unter Zusatz von Natron weich werden. Vielleicht kochen Sie sie in Wasser ein paarmal auf, nehmen dann frisches Wasser, aber nur so viel, als es braucht, um die Erbsen darin weich zu dämpfen, und kochen mit Fett und etwas Zwiebel langsam fertig. Mir persönlich sagt dieses Gemüse nicht zu. Ich würde also auch kein Feuerungsmaterial an die Sterilisation wenden. Hat man noch keine Versuche gemacht, Erbsen (Refen) wie Bohnen in Salz einzulegen? Hausdchter.

34. Wildwachsende Kräuter, die als Gewürz benutzt werden können, gibt es viele. Da ist zunächst der Rummel, dann der wildwachsende Schnittlauch von sumpfigen Wiesen, der Thymian (Quendel) und die lavendelartige, blaublühende Bergminze (Calamintha). (Die Stiele sitzen in Gabeln zwischen den runden Blättern). Sie sind Suppenkräuter. Im Frühling ist der Sauerampfer zu haben und auch die jungen Hopfenschosse geben ein gutes Gemüse. (Rezept dazu in „Gritli in der Küche“.) Aus Hagebutten läßt sich ein Gewürz für gekochtes Obst herstellen.

Leserin.

35. In der Schrift „Physik in Küche und Haus“ von Prof. H. Speitkamp, 478. Bändchen der Sammlung „Aus Natur und Geisteswelt“ (Verlag V. G. Teubner in Leipzig u. Berlin; geh. Mk. 1 —, geb. Mk. 1.25) finden Sie wohl das Gesuchte. Meiner Ansicht nach sollten wir aber in ganz kurzen Fragen und Antworten über das Wissenswerteste aus Chemie und Physik vom Standpunkt der Hausfrau aus aufgeklärt werden. Es erscheinen Flugblätter geringen Umfangs über alle möglichen Gebiete des Wissens. Warum bearbeitet man das uns Frauen Interessierende nicht auch auf diese Weise? Mina.

Fragen.

36. Für die gegenwärtige Zeit sehr passend sind Kochrezepte für Mahlzeiten ohne Fleisch. Aus den Speisezetteln von J. Spühler habe ich verschiedenes angewandt. Für weitere Rezepte wäre ich dankbar. Abonnentin.