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

Band: 22 (1915)

Heft: 19

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 20.08.2025

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

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kranken- und Kinderpflege, 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.

No. 19. XXII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | **Zürich,** 11. September 1915.

Mut und Hoffen jedem Streben!
Ernstem Wollen Heil und Preis!
Goldne Ähren, goldne Reben
Saurem Mühn und wackrem Fleiß!

Treuem Schaffen Ruhm und Frieden;
Klugem Wagen Glück, Gewinn!
Reinstes Lebensglück hienieden
Tapfrem, gottergebnem Sinn.

Julius Lohmeyer.

Ueber das Dörren von Gemüse.

(Nachdruck verboten.)

In der gegenwärtigen Zeit, da das Anlegen von Vorräten aller Art für den langen Winter zu den wichtigsten Arbeiten der Hausfrauen gehört, mag es im Interesse unserer Leserinnen liegen, einige Mitteilungen über das Dörren von Gemüsen zu machen. Wir halten das um so zweckmäßiger, als uns schon wiederholt bezügl. Anfragen zugegangen sind, die nachstehend von fachmännischer Seite (Abteilung Obstbau der Schweiz. Versuchsanstalt für Obst-, Wein- u. Gartenbau in Wädenswil) einläßlich beantwortet werden.

Das wichtigste Gemüse, das zum Dörren in Betracht kommt, sind zweifelsohne die Bohnen. Die Bohnenernte fällt in der ganzen Schweiz so reichlich aus, daß momentan die Märkte mit Bohnen überführt sind. Die Ankaufspreise stehen so niedrig, daß es einer Hausfrau, die nicht das Glück hat, über einen eigenen Garten zu verfügen und selbst Bohnen zu pflanzen, sondern auf den Händler angewiesen ist, nicht schwer fällt, das nötige Quantum frische Bohnen billig zu beschaffen. Bohnen anzukaufen, die schon vor längerer Zeit geerntet und haufenweise gelagert wurden, sollten weder zum Einlegen in Salz noch zum Dörren benutzt werden. Je frischer die Bohnen zur Konservierung gelangen, desto wertvoller sind sie und desto feiner wird die daraus bereitete Konserve. Speziell für das Dörren ist es empfehlenswert, junge Bohnen zu verwenden, weil sich die Schoten von ausgewachsenen Bohnen beim Dörren öffnen und die darin vorhandenen Bohnen, die zugleich das wertvollste sind, herausfallen. Aus gleichem Grunde ist nicht zu empfehlen, die Bohnen vor dem Dörren zu zerteilen oder der Länge nach aufzuschneiden, wie das auch hie und da noch üblich ist. Es kann dieses Verfahren höchstens da noch angewendet werden, wo

junge Bohnen an Schnüren aufgespannt und an der Luft getrocknet werden. Bei heißer, trockener Sommerwitterung kann man sehr wohl die Bohnen an der Luft dörren. Gegenwärtig wird das kaum mehr möglich sein, weil die Luft feuchter geworden ist und infolgedessen das Trocknen langsamer vor sich geht. Man müßte riskieren, daß die Bohnen sauer werden.

Es ist daher notwendig, daß man andere billige Wärmequellen, vor allem den Kochherd oder den Kachelofen hiefür benutzt, sofern nicht besondere Dörrapparate vorhanden sind. Vor dem Dörren sind die Bohnen im Wasser halbweich zu kochen, besser noch im Dampf zu blanchieren. Das Dämpfen ist deshalb vorzuziehen, weil durch Versuche festgestellt wurde, daß weniger Nährstoffe ausgelaugt werden, wenn das Weichkochen im Dampf und nicht im Wasser erfolgt. Das Dämpfen läßt sich auf recht einfache Weise in jeder größeren Kasserolle oder in jedem Kochkessel vornehmen. Ein passendes Weidenkörbchen wird mit den Bohnen derart in das Kochgefäß hineingestellt, daß letztere nicht in das Wasser zu liegen kommen. Sobald die Bohnen halbweich geworden sind, schreckt man sie in kaltem Wasser ab und nimmt das Entfäden vor. Die sogenannten Fäden lassen sich bei halbweichen Bohnen besser abziehen, als bei ganz rohen. Die Bohnen können schon in Temperaturen von 40 bis 60 Grad gedörrt werden. Auch im Dörrofen sollte die Hitze nicht über 70 Grad betragen. In einem Dörrofen werden die Bohnen in 5 bis 6 Minuten genügend getrocknet sein. Werden die Bohnen nur auf den mit Papier bedeckten Kochherd oder Kachelofen ausgebreitet, so brauchen sie entsprechend länger. Von 100 Kilo Grünbohnen erhält man zirka 10 Kilo gedörrte.

Auf ganz ähnliche Weise können alle übrigen Gemüse, wie Erbsen, Blumenkohl, Karotten, Kartoffeln, Kohl &c. gedörrt werden. Alle diese Gemüse sind zum Dörren so herzurichten, als würden sie im frischen Zustande für den Tisch zubereitet. Karotten, Kohlarten werden geschnitten und gedämpft. Blumenkohl wird zerteilt in kleine Teile von Fingerstärke. Wird das Dämpfen unterlassen, so erhält das Gemüse namentlich Erbsen einen scharfen Geschmack und nehmen ein an Heu erinnerndes Aroma an. Kartoffeln werden weichgedämpft, geschält, durch ein feines Sieb gedrückt (Kartoffelpresse) und die durchgetriebenen Kartoffeln schön auf sauberes Papier ausgebreitet. Kartoffeln sollten in einer Temperatur von 60 bis 70 Grad gedörrt werden, weil sie leicht einen säuerlichen Geschmack annehmen, wenn der Dörrprozeß zu lange andauert. Als Suppeneinlage (Julienne) läßt sich das gedörrte Gemüse leicht in trockenen Räumen aufbewahren. tz.

* * *

Auch unsere einheimischen Gewürzpflanzen, die weniger scharf sind als die ausländischen, lassen sich haltbar machen, ein Umstand, der für den Winter von besonderer Bedeutung ist. Je schmackhafter wir die einfachen Gerichte zubereiten, und dazu sind in den meisten Fällen Gewürze nötig, desto besser werden sich unsere Angehörigen mit dem durch die Zeit bedingten Menü befreunden. Zu den einheimischen Gewürzen zählt man: Lauch, Senf, Meerrettig, Sellerie, Petersilie, Dill, Majoran, Rosmarin, Körbel, Estragon, Thymian, Zitronenkraut, Salbei, Koriander, Kümmel, Wacholderbeere, Anis und Safran. Es sind dies Gewürze, die teilweise auch zu Heilzwecken Verwendung finden.

Zu den Lauch-Arten gehören Zwiebeln, Knoblauch, Lauch (Porree) und Schnittlauch. Man trocknet sie in Sonne und Luft, bindet sie dann zu Büscheln zusammen und hängt sie an luftigem, frostfreiem Orte auf. Schnittlauch wird am besten klein geschnitten, gedörrt und in Gläsern oder kleinen Büchsen aufbewahrt.

Die Senfkörner liefern ein ätherisches Öl, das zur Zubereitung von Senf Verwendung findet, der mäßig genossen, die Verdauungstätigkeit anregt.

Ganze Senfkörner dienen zur Zubreitung von Essigfrüchten, ebenso werden sie

bei verschiedenen Wurstsorten als Würze gebraucht. — Sellerie, Petersilie, Dill, Majoran, Rosmarin, Estragon, Salbei, Thymian u. s. w. werden ohne die groben Stengel getrocknet und in Säcklein oder Büchsen aufbewahrt. Wacholderbeeren, Kümmel, Fenchel und Anis werden nach der Reife ebenfalls getrocknet. Safran wird aus den Narben des Griffels der Safranblüte gewonnen. Er wurde ursprünglich aus dem Orient eingeführt. Daß wir in der Schweiz eine Safran-Kultur besitzen, ist mancher Leserin nicht bekannt. In Mund (Kant. Wallis) werden alljährlich von den Frauen und Töchtern für 500—600 Fr. Safran gewonnen; auch in Mörel und Siders kommt die Pflanze vor.

Der Safran von Mund soll sehr gut sein und dem eingeführten an Qualität gleichstehen.

Ein sehr gutes Gewürz kann sich jede Hausfrau selbst herstellen, indem sie die Blätter von Sellerie, Petersilie, Lauch und etwas Körbel zerschneidet und trocknet. Auch Schnittlauch wird zerschnitten und getrocknet, ebenso Majoranblätter, die jedoch vor der Überführung in den Trockenzustand nur von den groben Stielen abgestreift werden. Dann wird alles zerrieben, gut gemischt und etwas Muskatnuß und Nelkenpulver beigefügt. Diese gut vermengte Würze bewahrt man in kleinen Gläsern auf, die verbunden oder sonstwie verschlossen werden. Sie findet zu Suppen und Saucen Verwendung. Wer keinen eigenen Garten hat, kauft Sellerie, Lauch, Petersilie und Schnittlauch je für 20 Cts., Körbel und Majoran je für 10 Cts.; das gibt eine Würze für den tiefen Winter, da auch Suppenkräuter teuer werden oder nicht erhältlich sind.

Estragon, Dill und Majoran, zerquetscht, in Essig getan, machen diesen würzig und wohlschmeckend. Die Flasche stelle man an einen warmen, sonnigen Ort und filtriere nach 3—4 Wochen den Essig. Das Abziehen in kleine Flaschen ist ratsam, denn man wird kaum jeden Salat mit Kräuteressig anmachen wollen, sondern ihn mehr für bessere Mahlzeiten sparen.

Wer mit Gas kocht, kann die Kräuter zum Trocknen zwischen Papier legen und während des Kochens unter die Feuerstelle schieben (bei Rechauds), da ist es ziemlich warm. Scheint die Sonne, so breitet man die so vorgetrockneten Kräuter auf einem Blech (das von der Sonnenwärme gut erwärmt wird) aus und trocknet sie fertig. Wer einen Bratofen auf Gas stellt, benutze auch diese Gelegenheit, indem auf die obere Seite die zu trocknenden Gewürze gelegt werden. Gutes Gelingen lohnt sicher die kleine Mühe. Im Laufe des Winters werden uns diese Vorräte treffliche Dienste leisten.

R. Gutersohn.

Pflege der Verwundeten und Kranken in der Familie.

Von Dr. Gerner.

(Nachdruck verboten.)

Trotz der musterhaften Einrichtung, Ordnung und Pflege in Lazaretten und Krankenhäusern bietet die Privatpflege in der Familie doch große Vorteile. Man kann auf die persönlichen Gewohnheiten, Wünsche und Bedürfnisse des Verwundeten eingehen, man kann mehr zu seiner Zerstreuung, Erheiterung und gemütlichen Aufrichtung beitragen. Die liebevolle Rücksichtnahme der Angehörigen und das beruhigende Bewußtsein, „daheim“ zu weilen, ist von äußerst günstigem Einfluß auf das Wohlbefinden, auf die Heilung des Verwundeten. Die fürsorgliche häusliche Pflege ist für den Verlauf und den Ausgang des Leidens, für die Erleichterung der mit ihm verbundenen Beschwerden und Schmerzen von großer Bedeutung. Aber sie stellt auch hohe Forderungen der Selbstzucht und Aufopferung an die Angehörigen.

Der Umgang mit Kranken erfordert Gewandtheit, Geschicklichkeit und feines Taktgefühl. Kranke sind oft sehr wunderlich und nehmen leicht etwas übel. Sie rechnen mit der Minute. Eine kleine Unpünktlichkeit in der Verabreichung der Arznei oder des Essens fassen sie als Vernachlässigung auf. Unter jeder Gleichgültigkeit leiden sie

geistig und dadurch auch körperlich. Aufregung zehrt an ihrer ohnehin geringen Kraft. Selbst unbedeutende Vorkommnisse regen sie in schädigender Weise auf.

Um dies zu verhüten, muß die Pflegerin auch in Kleinigkeiten Selbstzucht üben. Ich habe den Schrecken mit eigenen Augen gesehen, der sich im Gesichte eines Kranken malte, so oft die Pflegerin hereintrat und jedesmal polternd an den Kohlenkasten stieß. Keine Türe darf knarren, kein Fenster zuschlagen, kein Vorhang hin und her wehen. Man ziehe auch keine knarrenden Schuhe an.

Im Krankenzimmer soll sich jedermann ruhig bewegen, nicht übereifrig oder überstürzt; man soll aber auch nicht auf den Zehen umherschleichen oder nur im mitleidsvollen Flüstertone reden, wenn man sich etwas zu sagen hat; das ist dem Patienten widerwärtig und macht ihn nervös. Jeder Hantierung, die im Zimmer vorgenommen wird, muß er mit den Augen folgen können, denn bleibt er über etwas im unklaren und ungewissen, so wird er unruhig und fängt zu grübeln an. Auch setze man sich stets ihm gegenüber an das Fußende des Bettes, damit er nicht nötig hat, den Kopf mühsam zu wenden, um den Sprecher anzusehen; aber auf das Bett selbst setze man sich nicht; die meisten Patienten können dies nicht leiden.

Eine Reinigung des Gesichts und der Hände muß jeden Morgen gewissenhaft vorgenommen werden, ebenso muß der Kranke die Zähne putzen und den Mund spülen; ist er dazu nicht imstande, so wische man ihm mit einem feuchten Tuche den Mund aus. Täglich sind auch Haare (und Bart) zu kämmen und zu bürsten. Wohltuend und nützlich ist wöchentlich ein Vollbad; man frage aber vorher den Arzt. Häufiger Wechsel der Wäsche ist durchaus notwendig; sie wird im Winter vor dem Anziehen gewärmt. Am bequemsten ist ein Hemd, das hinten mit Bändern geschlossen wird. Ist ein Arm verwundet, so kommt beim Anziehen dieser verletzte Arm zuerst, beim Ausziehen der gesunde zuerst an die Reihe. Das Bett des Patienten ist aufs peinlichste in Ordnung zu halten; die Kissen müssen öfters aufgeschüttelt, das Bettuch glatt gestrichen und von Brotkrumen und dergleichen gesäubert werden.

Die Pflegerin tut gut, die vorzunehmenden Arbeiten, nach Tageszeiten geordnet, sich zunächst aufzuschreiben, bis sie ihr in Fleisch und Blut übergegangen sind. Sie soll auch ihre Beobachtungen über etwaige Änderungen im Verhalten und Befinden des Kranken zu Papier bringen, damit sie dem Arzt, der ihn ja nur seltener und vorübergehend sieht, genau mit Zeitangabe berichten kann, was seit seinem letzten Besuche vorgegangen ist. Besonders auf den Verband des Verwundeten soll man stets ein wachsames Auge haben. Deutet eine plötzlich eingetretene Rötung oder Durchtränkung des Verbandes mit Blut auf eine stärkere Entzündung oder Blutung, so muß der Arzt unverzüglich benachrichtigt werden. Morphiumeinspritzungen darf man nur nach ärztlicher Verordnung vornehmen, nie nach Wunsch des Patienten. Die Morphiumspritze selbst darf niemals im Krankenzimmer bleiben, sondern muß an einem versteckten Orte eines anderen, entfernten Zimmers aufbewahrt werden.

Haushalt.

Von allen Seiten wird man darauf aufmerksam gemacht, daß **Teppiche** mit feuchten Theeblättern zu reinigen sind, doch wissen wenige, daß man die Blätter vor dem Gebrauch wässern soll, bis das Wasser klar davon abläuft. Unterläßt man dies, so werden die Teppiche unansehnlich und die Farben verlieren ihre Frische. H.

Nierenfett muß gelblich weiß, fett und nicht mit Adern und Drüsen durchsetzt sein. Weiches, fahlweißes, rotgeädertes oder gar grünliches Fett ist schlecht und ranzig. Man sollte die Mühe, das Fett selber auszubraten, nicht scheuen, denn nur dadurch ist man sicher, es in guter Qualität zu bekommen. Man verfährt dabei wie folgt: Man läßt das Fett einige Stunden in frischem Wasser liegen, dann schneidet man es in Würfel und kocht es mit Hinzugabe von 1/8 Liter Milch auf 500 Gr. Fett (Magermilch genügt vollkommen) in einer eisernen Pfanne langsam auf schwachem

Feuer, bis das Fett klar ist und die Grieben hellbraun sind. Letztere drückt man gut aus und verwendet sie in Kartoffelsuppen, Gemüsen, Fleischklößchen. — Das Nierenfett schmeckt an allen Kartoffelspeisen gut, ferner an Graupensuppen, Schneidebohnen, Kohlrabi, Kraut. Auch zu zarteren, frischen Gemüsen kann man es nehmen, wenn man sie kurz vor dem Anrichten noch mit ein wenig frischer Butter durchschwenkt.

Auch das Ausbraten von **Schweineschmalz** sollte die Hausfrau stets selbst besorgen, um reines Schmalz zu bekommen. Das Fett wird gewässert, in Würfel geschnitten und im eisernen Topf auf gelindes Feuer gesetzt. Sind die Grieben durchscheinend geworden, fügt man eine Zwiebel und einige in Scheiben geschnittene Apfel hinzu und läßt alles so lange auf dem Feuer, bis die Grieben goldgelb geworden sind. Dann wird das Schmalz durch ein feines Sieb in den zuvor erwärmten Topf gefüllt, in welchem es aufbewahrt werden soll. Die Schmalzäpfel passen sehr gut zum Brot; ebenso die Grieben, wenn man sie mit den Apfelscheiben und etwas geriebenem Brot vermischt. — Das Schweineschmalz eignet sich zum Fetten jeder Speise, ganz besonders auch zum Ausbacken von Backwerk.

Irdenes Speisegeschirr, Steingut genannt, muß vor dem ersten Gebrauch mit heißem Wasser, zu dem man etwas Essig gießt, gehörig ausgekocht werden, dann 2—3 Tage in kaltem Wasser liegen und zuletzt abermals 2—3 Tage lang mit Wasser gefüllt auf schwachem Feuer stehen. Es wird dadurch dauerhafter. N.

Küche.

Kochrezepte.

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

Engadinersuppe. Für sechs Personen rechnet man 375 Gr. grobe Ulmergerste. Diese wird mit kaltem Wasser, einem eigroßen Stück Butter oder Fett und dem nötigen Salz zum Feuer gebracht; gleichzeitig fügt man zirka 1/2 Liter ausgekernte frische Bohnen hinzu, wozu sich die roten oder scheckigen besser eignen als die weißen. Dies alles läßt man langsam und gleichmäßig kochen, bis Gerste und Bohnen gut weich sind. Man muß gleich am Anfang genug Wasser nehmen, damit nicht nachgegossen werden muß und anfangs das Umrühren vermeiden, weil das Gericht sonst leicht anbrennt. Später muß das Ansitzen durch Umrühren vermieden werden.

Aus „Die Vegetarische Küche“ von Martha Rammelmeyer.

Schnepfen. Zeit 1/2 Stunde. 4 gelagerte Schnepfen, 4 Wacholderbeeren, 100 Gramm Speck, 6 Brotschnittchen, 50 Gr. Butter. Die Schnepfen müssen 8 Tage lagern, d. h. in den Federn hängen bleiben. Die Eingeweide außer dem Magen werden mit den Wacholderbeeren fein gewiegt und in Butter leicht gedünstet und beim Anrichten auf gebähte Brotschnittchen gestrichen. Die Schnepfen selbst brät man, in Speck eingebunden, in einer Viertelstunde gar und richtet sie in der Mitte der Brotschnitten an.

Aus „Gritli in der Küche“.

Rindfleisch mit Reis. Zutaten: 625 Gr. Rindfleisch, 50 Gr. geräucherter Speck, 20 Gr. Fett, 1/2 Zwiebel, 1 Löffel Petersilie, 200 Gr. Reis, Salz, 3/4 Liter Knochenbrühe oder Wasser, 20 Gr. Käse. Zubereitung: Das gut gelagerte Fleisch wird gewaschen, getrocknet, geklopft und in kleine, erbsgroße Würfelchen geschnitten. Der ebenfalls erbsgroß geschnittene Speck wird mit der fein geschnittenen Zwiebel und der gehackten Petersilie in dem Fette geschwitzt, das Fleisch wird hineingegeben und so lange gerührt, bis es seine rote Farbe verliert. Dann gibt man den erlesenen und gewaschenen Reis hinzu, mischt alles gut durcheinander, würzt mit Salz und füllt soviel Knochenbrühe oder Wasser auf, bis die Flüssigkeit doppelt so hoch steht als der Reis. Das Gericht wird auf schwachem Feuer 20—30 Minuten gekocht, mit dem Käse leicht vermischt, abgeschmeckt und angerichtet.

Aus „222 Rezepte“.

Tomaten au gratin. Frische, reife Tomaten werden gewaschen, quer durch in zwei Hälften geschnitten, die Kerne samt Saft entfernt. Eine feuerfeste Kochplatte wird angefettet, die Tomaten, die Schnittfläche aufwärts, Stück an Stück darein gesetzt, beliebig werden in jede ganz wenig feingeschnittene Schalotten gegeben, alle mit geriebenem, mit Salz und Pfeffer vermengtem Käse bestreut, jede Hälfte mit einem Butterstückchen belegt, mit gestoßenem Brot übersät und während 15—25 Minuten im heißen Ofen gratiniert und vor dem Servieren beliebig mit Zitronensaft beträufelt. Aus „Illust. Reformküche“.

Randengemüse. Die gewaschenen, weichgekochten, geschälten Randen werden in Scheiben geschnitten oder grob zerhackt, worauf man einen Löffel Mehl in Fett bräunt, eine Tasse sauren Rahm, die Randen, ein Lorbeerblatt, eine Prise Salz und einige Gewürzkörner hinzutut. Man läßt das Gemüse eine halbe Stunde langsam dämpfen und gießt währenddem hin und wieder einige Löffel Fleischbrühe zu. Randengemüse gibt man zu Rindfleisch, Bratwurst oder Koteletten.

Kalter Kabis- oder Kohlsalat. Für 3 Personen: 1/2 Kopf Kabis oder Wirz, Salz und Pfeffer, 2 Eßlöffel Öl, 3 Eßlöffel Essig,

Zwiebeln und Grünes. Kabis oder Wirz wird fein geschnitten, mit dem Salz vermischt und zwischen zwei Holztellern einige Stunden beschwert, sodann wird er mit Pfeffer, feingeschnittenen Zwiebeln (Schalotten) Grünem, Öl und Essig vermischt. Statt beschweren kann man den geschnittenen Kabis mit Salz vermischen und mit dem Holzklopfer klopfen, bis er Wasser zieht. Zubereitungszeit ohne Stehenlassen 1/2 Stunde.

Aus „Großes Schweizer Kochbuch".

Zwetschgen-Speise. Man richtet sich eine mit Butter ausgestrichene Form her; in einem Teller hält man geriebenen Zwieback bereit, in einem andern gestoßenen Zucker; dazu eine Schüssel voll ausgesteinte frische Zwetschgen. Nun wird der Boden der Form dicht mit Zwetschgen belegt, Zwieback und Zucker darüber gestreut, Butterstückchen oben darauf gelegt, dann wieder mit Zwetschgen u. s. f., bis die Form voll ist. Man deckt mit Zwetschgen, Zucker und Butter zu und bäckt die Speise im Ofen weich und saftig.

Kürbiskuchen. Man kocht am Abend zuvor einen kleineren Speisekürbis in wenig Wasser zu Brei und läßt diesen über Nacht auf einem Sieb abtropfen, damit er recht trocken wird. Man belegt ein Kuchenblech mit einem guten Obstkuchenteig, verrührt den Kürbisbrei mit vier Eigelb, vier Eßlöffeln Zucker, etwas abgeriebener Zitronenschale, Vanille, 1/2 Täßchen Rahm und dem Schnee der vier Eiweiß; gibt diese Fülle auf den Teigboden und bäckt den Kuchen in starker Hitze.

Aus „Die Vegetarische Küche" von Martha Rammelmeyer.

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Eingemachter Speisekürbis. 2 Kilo Kürbis, 2 Kilogramm Zucker, 16 Gr. Ingwer, 2 Gr. Nelken, die Schale einer Zitrone und etwas weißen Pfeffer. Am besten sind hierzu die kleinen länglichen Kürbisse, besonders die blaßgelben, doch kann man auch die größeren gebrauchen, ehe sie ihre volle Reife erlangt haben. Sie werden abgeschält, durchgeschnitten, das Kerngehäuse entfernt, in fingerdicke lange Stücke geschnitten, 24 Stunden in Essig gelegt und dann ablaufen gelassen. Man läßt nun den Zucker kochen, gibt obige Gewürze hinein und kocht den Kürbis, bis die Stücke klar aussehen, aber noch nicht weich geworden sind. Dann legt man sie mit dem Schaumlöffel auf eine flache Schüssel, tut wieder Kürbis in die Pfanne und verfährt wieder so, bis alle 2 Kilo aufgebraucht sind, läßt den Saft erkalten und füllt beides in Gläser oder steinerne Töpfe. Nach 8 Tagen kocht man den Saft nochmals auf und gießt ihn erkaltet über den Kürbis. Sollte der Saft nicht darüberstehen, so muß bei dem zweiten Kochen ein größeres Stück Zucker hinzugefügt werden. Der Kürbis hält sich auf diese Weise jahrelang vortrefflich.

Aus „Bruschga" von Frau Wyget-Thoma.

Gelee aus Zwetschgen, Quitten und Äpfeln. Quitten und Äpfel werden abgerieben, nicht geschält, in Viertel zerteilt und samt dem Kernhaus mit so viel Wasser zugesetzt, daß es darüber steht Man kocht die Schnitze zum zerplatzen weich, läßt den Saft durch ein Tuch ablaufen, ohne zu drücken und kocht ihn unter Zuckerzusatz, auf 1 Liter Saft 1 Kilo Zucker. Zu Äpfelgelee fügt man als Würze Vanille oder Zitronenschale bei, die vor dem Anrichten entfernt wird. Zu Zwetschgengelee fügt man dem Saft einen Stengel Zimmetrinde und einige Nelken bei. Der Rückstand kann zu Kuchen verwendet werden. Soll das Mark zu Pasten verwendet werden, müssen die Früchte geschält und entkernt, Schalen und Kerne mit wenig Wasser extra gekocht und dieses dem durchgetriebenen Mark beigefügt werden. Sie werden dadurch rascher fest. Man kocht die Masse mit Zucker zu einem dickflüssigen Brei, preßt ihn auf flache Platten aus und bringt sie zum trocknen in gelinde Wärme. In längliche Vierecke schneiden oder Formen ausstechen.

Aus „Gritli in der Küche".

Birnenmarmelade. Gute, saftige, geschälte, klein geschnittene Birnen werden zu Mus gekocht, durch einen Durchschlag getrieben, dann 3 Kilo Birnen mit 1 Kilo feinem Zucker gemischt und zur steifen Marmelade gekocht.

Pröpper, „Das Einmachen der Früchte".

Kinderpflege und -Erziehung.

Wenn man einem Säugling Kuhmilch reichen muß, so kommt für ihn immer diejenige in erster Linie in Betracht, die aus dem nächstliegenden und reinlichsten Stall stammt. Für unsere Zürcher Verhältnisse wird man zur Säuglingsernährung im allgemeinen die Milch der großen Molkereien derjenigen aus den Milchhandlungen vorziehen, weil jene über Einrichtungen verfügen, um die eingelieferte Milch abzukühlen und zu reinigen. Gerade so gut kann aber von Leuten, die an der Peripherie der Stadt wohnen, Milch aus dem nächsten zuverläßigen Kuh- oder Ziegenstall bezogen werden. Das ist ein ganz besonders wichtiger Punkt. Und zwar deswegen, weil schon beim Melken, dann beim Umschütten und Transport der Milch eine ganze Reihe von Verunreinigungen, insbesondere Mikroben, in die Milch hineingeraten. Wenn man die Kuhmilch in einem Gefäß stehen läßt, so kann man häufig an seinem Boden einen schwärzlichen Satz finden, der, wie die mi-

kroskopische Untersuchung ergibt, aus recht unappetitlichen Dingen, nämlich nichts anderem als Kuhkot, Kuhhaaren, Schuppen von der Kuhhaut und Staub aus dem Stalle besteht. Durch Zentrifugieren läßt sich die Milch von diesem Schmutz befreien. Der Milchschmutz ist aber nicht nur unappetitlich, sondern auch gesundheitsschädlich. Verfüttert man ihn an Schweine, so gehen die Tiere zugrunde. Je unreinlicher die Milch gewonnen wird, um so größer ist ihr Gehalt an Kuhmist, und gleichzeitig auch an Gärungserregern und um so rascher und leichter zersetzt sie sich. Hat nun die Milch einen längern Transport bis zum Hause des Konsumenten durchzumachen, so fällt dies um so mehr ins Gewicht, weil die Bakterienzahl von Minute zu Minute zunimmt, und damit auch die Zersetzung der Milch. Dr. Bernheim.

„Gesundheitspflege des Kindes".

Gartenbau- und Blumenzucht.

Ernte des Obstes. Bestimmte Angaben über die richtige Zeit der Baumreife lassen sich nicht machen, weil die Witterung des Jahres, der Standort, der Boden, die klimatischen Verhältnisse sowie die Eigentümlichkeit der Sorte einen sehr großen Einfluß darauf haben. Es kann nur die sorgfältigste Beobachtung und die eigene Erfahrung für die Wahl des richtigen Zeitpunktes maßgebend sein. Einen ungefähren Anhalt bieten die Sortenverzeichnisse, die man nach den vorgenannten Umständen für die örtlichen Verhältnisse richtigstellen muß.

Alle Früchte sind mit der Hand oder einem einwandfreien Obstpflücker zu ernten, damit sie tadellos erhalten bleiben. Es ist deshalb auch unerläßlich, daß der ganze Stiel mitgepflückt wird. Beim Pflücken muß der Baum geschont werden; vor allem ist zu beachten, daß nicht Fruchtholz, Zweige und Äste abgerissen werden, keine Beschädigungen der Rinde durch das Besteigen der Bäume und Astgabeln stattfindet, weil dadurch die Fruchtbarkeit und Gesundheit des Baumes beeinträchtigt und oft viele Jahre unmöglich gemacht wird. Wer Musobst durch Abschütteln erntet, achte darauf, daß es genügend reif ist, damit es leicht fällt und die bereits genannten Schädigungen der Bäume bei stärkerem Schütteln vermieden werden. Das Zerschlagen der Früchte wird durch Ausbreiten von Tüchern oder Stroh unter den Bäumen verhindert, doch müssen die abgefallenen Früchte aufgelesen werden, damit durch nachfolgendes wiederholtes Schütteln die herabfallenden nicht die am Boden liegenden zerschlagen. Man schüttele stets deshalb partieweise und nicht alles Obst auf einmal. Schüttelobst ist möglichst bald zu verwerten. Es fault leicht bei längerem Lagern. Beschädigte oder minderwertige Früchte werden gleich zu Marmelade, Mus oder Kraut verarbeitet oder gekeltert. Aus „Der Kleingarten"

Frage-Ecke.

Antworten.

61. **Dörrgemüse und Obst** wird am besten in Säcklein, hängend, in trockener, luftiger Dachkammer aufbewahrt. Ich bohrte Hakenschrauben in die Wand und hing die Säcklein, jedes angeschrieben, daran. Mischgemüse sog. Julienne-Einlage wird aber besser in Blechbüchsen aufbewahrt; es hat einen ziemlich starken Geruch und dieser könnte namentlich dem Obst schaden. Wer noch Mischgemüse vom letzten Jahr hat, breite es aus und lasse es durchsonnen, nachher verwahre man es wieder in der Büchse. R. G.

62. Liegt die **Küche** auf der Schattenseite? Ist sie mit Ölfarbe gestrichen? Dann ist die Feuchtigkeit leicht erklärlich, da die Mauern nicht ausschwitzen können. Der Dampf fließt dann den Wänden nach und es wird feucht. Kalk saugt die Feuchtigkeit auf. Wenn Sie ein Gefäß mit solchem (ungelöschtem) dort aufstellen, so werden Sie einen günstigen Erfolg feststellen können. Lüften Sie möglichst oft und gründlich in der unterirdischen Region! B.

63. Der **widerliche Geruch** rührt vielleicht vom Seegras her, das in dumpfem oder feuchtem Raume aufbewahrt wurde. Ich hatte auch eine solche Untermatratze, die ich klopfte und 4—5 Tage hintereinander in die Sonne stellte (die Unterseite gegen die Sonne) und sie gründlich durchsonnen ließ. An kalten, sonnigen Tagen im Winter tat ich es auch verschiedene Male und nach und nach verlor sich der Geruch. Hausfrau in L.

64. Zu **Gurken** in Essig und Zucker nimmt man gut reife Früchte, schält und entkernt sie und schneidet sie zu beliebigen Schnitzen. Man kann diese in leicht gesäuertem Wasser halbweich kochen oder gleich mit dem Saft; auf 1 Kilo Gurken rechnet man ½ Liter Weinessig, ½ Liter Wasser, 500 Gr. Zucker, etwas Zimmtstengel und einige Nelken. Ist dies verkocht und abgeschäumt, so gibt man die Gurken hinein und läßt sie mitkochen, bis sie halbweich sind, hebt sie heraus und übergießt sie mit dem weiter gekochten, erkalteten Safte. Nach zwei Tagen gießt man den Saft ab, kocht ihn auf und gießt ihn wieder über die Gurken. Der Saft muß sirupartig dick sein: ist er es noch nicht nach zweimaligem Aufkochen, so wiederhole man das Verfahren nach weiteren vier Tagen. R. G.

64. Ein empfehlenswertes Rezept für saure **Gurken** ist folgendes. Man verwendet gute, nicht zu reife Gurken, Wasser, Salz, Dillblätter, -stengel und -samen, Johannisbeer- und Eichenblätter und einen Steintopf oder Glasgeschirr. Falls man viel Gurken einmacht, kann man auch ein großes Holzfaß verwenden. Man vermischt die zerschnittenen Dillstengel mit den Blättern und Samen, Johannisbeer- und Eichenblättern; dann legt man eine Lage davon in den Topf, dann eine Lage Gurken, wieder Blätter &c., bis der Topf voll ist. Dann kocht man Wasser auf und gibt soviel Salz dazu, daß es etwas salziger als eine Suppe schmeckt. Man gießt das Wasser vollständig kochend über die Gurken, so daß diese vom Salzwasser völlig umgeben sind. Man beschwert dann die Gurken, damit sie nicht auf der Oberfläche schwimmen und läßt sie zirka 10 Tage in der warmen Küche stehen, bis sie anfangen, sauer zu werden. Später muß man sie an einen kühlern Ort stellen, am besten im Keller. Nach 10—12 Tagen kann man schon die kleineren Gurken essen, größere nach zirka 14 Tagen. In dieser Weise eingemachte Gurken erhalten sich gut den ganzen Winter hindurch. Guten Appetit! Emily.

64. Junge, grüne, noch feste **Gurken** werden geschält, halbiert, von den Kernen befreit, gewogen und in schöne, daumensgroße Stücke geschnitten und in einen Topf eingefüllt. Ich koche auf 2 Kilo Gurken 750 Gr. Zucker, 3/4 Liter Essig, 1 Glas Wein, 8 Nelken, ein Stück Zimt und 4—5 Pfefferkörner zu einem dicklichen Sirup, der gut abzuschäumen ist, und gieße ihn heiß über die Gurken. Am zweiten und dritten Tag wird der Sirup abgegossen, wieder aufgekocht und über die Gurken geschüttet. Am vierten Tag setze ich alles aufs Feuer, koche die Gurken gut weich, ziehe sie heraus und lege sie sachte in den dazu bestimmten Topf. Ich koche den Sirup dann noch dicklich ein und gieße ihn über die Gurken. Nachdem alles erkaltet ist, beschwert man den Inhalt und bindet den Topf zu (mit Aufschrift versehen!). Dornenstrauch.

65. Im Kanton Bern schneidet man den **Wirsing** fein (je fester die Köpfe, umso besser), nachdem er vorher gevierteilt, in reichlich siedendem Wasser zwei Minuten abgebrüht, durch kaltes Wasser gezogen und wieder gut ausgepreßt worden war. Man belegt den Boden eines sehr sauberen Ständchens oder Steinguttopfes mit saubern, ebenfalls abgebrühten Kohlblättern und schichtet das Kraut lagenweise hinein. Zwischen jede Lage streut man Salz (auf 30 Köpfe 500 Gr.). Man deckt mit Kohlblättern zu und breitet über diese noch ein sauberes Tuch. Zuletzt kommt noch ein passender Deckel, der mit Steinen belastet wird. Wenn sich nach zwei Tagen kein Salzwasser angesammelt hat, so gießt man 1—2 Liter bei. (Das Salzwasser muß abgekocht und kalt sein.) Reinlichkeit spielt bei dieser Methode eine große Rolle. Nach sechs Wochen ist das Kraut genießbar. Man schöpft das Salzwasser ab, trocknet gut nach, ohne die Steine zu entfernen, bis alles Wasser fortgeschöpft ist. Dann hebt man den Deckel weg samt Tuch und Kohlblättern und nimmt gleichmäßig so viel Kraut als nötig ist, heraus. In sauberm, kaltem Wasser werden dann Tuch und Steine nebst Deckel sauber abgespült, das Ständchen damit wieder gut zugedeckt und so viel frisches Wasser daran getan, daß es 3—4 Cm. über dem Deckel steht. Dies muß jedesmal beim Herausnehmen des Krautes sorgfältig geschehen. Das Kraut wird wie Sauerkraut fertig gekocht. Wenn das Kraut abgebrüht war, so kann man es auch auf Dörrhurden trocknen.

Dornenstrauch.

66. Dieser Übelstand (das Zurückschlagen des **Rauches**) herrschte auch in unserem Hause und ich helfe ihm, nachdem alle andern Versuche vergeblich waren, dadurch ab, daß ich an solchen Tagen das Fenster weit öffne, bis das Feuer hell brennt. Es darf aber kein Durchzug herrschen und der Luftdruck vom Fenster oder der Türe muß vis-à-vis dem Herdfeuer sein. Auch öffne ich alle Klappen beim anfeuern; das hilft. Efeu.

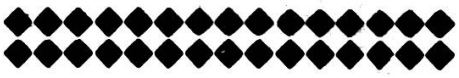
67. **Wollene Lumpen** sollten Sie zu Kleiderstoff umarbeiten lassen. Eine bekannte Firma ist Gebr. Ackermann, Entlebuch (Kt. Luzern). Wenn Sie keine Verwendung dafür haben, so schenken Sie den ganzen Vorrat dem Zürcher Brockenhaus, Pfalzgasse 6, Zürich 1. Auch in Luzern und Schaffhausen gibts Brockenhäuser, die dankbar für derartige Abfälle sind. Für Wolle war auch das „Rote Kreuz" ein Abnehmer. Lisa.

Fragen.

68. Wer kann mir Rezepte von verschiedenen **Kürbisspeisen** angeben? Emily.

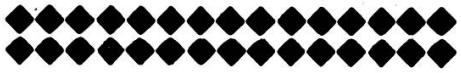
69. Wie kann man **Ledermöbel** (Klubsessel) auffrischen und lange in gutem Stande erhalten? Hausfrau.

70. Kann man **Puddings**, die im Wasserbad gekocht werden müssen, auch in der Kochkiste gar werden lassen? Wer hats schon probiert? Sparsames Hausmütterchen.



Junghühner

Argoviafutter T 150 G

liefert lt. Preisliste billig und prima

Paul Staehelin, Aarau.