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

Band: 22 (1915)

Heft: 24

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. 24. XXII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 20. November 1915.

Vergebens sucht der Mensch des Glückes Quelle
Weit außer sich in wilder Lust.
In sich trägt er den Himmel und die Hölle
Und seinen Richter in der Brust.

Guter Geschmack.

(Nachdruck verboten.)

Guter Geschmack ist eine Gabe, die nicht jedem Menschen auf den Lebensweg mitgegeben wird. In der gegenwärtigen Zeit, in der das Verständnis für die Kunst in den breiteren Schichten der Bevölkerung geweckt wird, ist aber mehr Aussicht auf Erfolg der Bestrebungen, die in der Pflege des guten Geschmacks gipfeln, vorhanden.

Guter Geschmack hat ein weites Feld. Er bestimmt, wie wir uns kleiden, wie wir wohnen, wie wir uns unterhalten und zerstreuen. Seine Pflege bleibt fast immer der Frau überlassen; an ihr liegt es, das Heim anmutig zu gestalten, das vorhandene Material geschickt zu benutzen, Neues passend auszuwählen. Eine Wohnung soll einfach und gediegen sein, sie darf nicht mit billigen oder teuern Möbeln oder Nippesgegenständen überladen sein. Überfülle ist immer geschmacklos. Das gleiche gilt von der Kleidung, sowie vom Schmuck, den wir an uns tragen. Einfache Eleganz oder praktische Solidität, Maß in Putz und Zierat beweisen guten Geschmack, alle Überladung, alles Sinn- und Zwecklose deutet auf Geschmacklosigkeit.

Die Männer haben wohl ein Auge für das Geschmackvolle, doch fehlt es ihnen meistens an Zeit, Lust und Fähigkeit, sich mit seiner Pflege zu befassen. Die Frau besitzt hierzu mehr Talent, mehr Zeit und mehr Gelegenheit als Leiterin des Haushaltes, als Mittelpunkt der Familie. Sie sollte daher, wenn sie nicht von Natur aus damit begabt ist, bestrebt sein, den guten Geschmack in sich zu entwickeln und nach Möglichkeit auszubilden.

Dazu gehört in erster Linie ein offener Blick für alles Schöne in der Kunst, wie in der Natur. Die Künstler sind im großen Ganzen mit wenig Ausnahmen die Träger des guten Geschmacks; die Natur selbst ist die größte und unübertrefflichste Künstlerin. Sie ist niemals geschmacklos. Man betrachte nur ihre Farbenzusammenstellungen: sie sind stets wundervoll harmonisch. Natur und Kunst sind also die besten Lehr-

meister und wer sich ihnen in der Absicht nähert, von ihnen zu lernen, wird seinen Zweck auch erreichen.

Zur Geschmacksbildung tragen bei: der Besuch von Museen, die Besichtigung schöner Gemälde und Kunstgegenstände. Natürlich darf die Besichtigung nicht nur oberflächlich geschehen, sondern es muß eine genaue Untersuchung der Faktoren dabei stattfinden, die einen Gegenstand, ein Bild, einen Wohnraum wohltuend auf uns einwirken lassen.

Auch die Kinder mache man aufmerksam auf den Unterschied zwischen gutem und schlechtem Geschmack. Man suche den Sinn für das Schöne mit allen vorhandenen Mitteln in ihnen zu entwickeln; sie werden uns dafür einst dankbar sein.

Paloma.

Das künstliche Aroma der Früchte.

Von O-r.

Man hat häufig bemerkt, daß Obst leicht und schnell den Geruch von Substanzen annimmt, in deren Nähe es gelagert hat. Diese Annahme von Gerüchen fremder Gegenstände ist nicht zu verwechseln mit dem Duft jener Früchte, die an Pflanzen wuchsen, deren Saftkanäle bereits aromatische Flüssigkeiten aufgesogen hatten. Es ist z. B. bekannt, daß man durch ein einfaches Verfahren verschiedenen Obstarten einen Himbeergeschmack beibringen kann.

Der Einfluß übler Gerüche auf die Qualität und die Konservierung der Früchte ist übrigens derartig bedeutend, daß allgemein angeraten wird, die Früchte in einem vollkommen gesunden Raume aufzubewahren, wo keinerlei unangenehme Gerüche ihren Geschmack schädlich beeinflussen können.

Wenn also das Obst unter dem Einfluß übler Gerüche ein eigentümliches Aroma annehmen kann, so läßt sich wohl vermuten, daß die Früchte auch gegen gute Gerüche gleich empfindlich sind, und in der Nähe angenehm riechender Substanzen auch ein angenehmes Aroma anzunehmen imstande sind. Dies wäre ein dankbares Gebiet für den Botaniker oder auch für den Chemiker.

Im Jahre 1910 veröffentlichte ein bedeutender französischer Obstbaumzüchter, P. Tricaud, zu Aix-sur-Vienne im Departement Haute-Vienne in der Agriculture nouvelle seine Erfahrungen über eine Art „Obstfälschung", gegen die aber wohl kaum etwas einzuwenden wäre, und die man wohl auch schwerlich als Betrug bezeichnen könnte. Sie bestand darin, daß er den Früchten einen eigenartigen Geruch mitteilte. Die ersten Beobachtungen stellte er mit Hilfe von Naphtalinkugeln an. In einem Zimmer, in welchem sich solche befanden, hatte er Birnen verschiedener Arten aufbewahrt, und diese behielten, obwohl sie nachher lange Zeit im Freien gelüftet worden waren, noch lange den Naphtalingeruch bei, von dem sie stark durchzogen waren; auch ihr Geschmack hatte sich auf bizarre Weise verändert. Den Birnen der Arten Suzette de Bavay, Bergamotten und Saint-Germain-Winterbirnen, sowie Belle de Noël, haftete dieser sehr ausgesprochene Naphtalingeruch bis ins Kernhaus an. Doch hatten die verschiedenen Arten den sie umgebenden Geruch nicht in gleichem Maße angezogen; der Geschmack der Bergamotten war gründlicher verändert, als der der Suzette de Bavay, so daß einige Leute, denen man sie zum Kosten gegeben hatte, eine neue Art vor sich zu haben glaubten. Die gleiche Erscheinung wurde bei Äpfeln beobachtet, die in einer Schublade zusammen mit Naphtalinkugeln eingeschlossen waren, nur daß hier infolge des hermetischen Verschlusses sich die Früchte allzusehr mit Naphtalingeruch sättigten und dadurch ungenießbar wurden.

Man hat sich nun gefragt, ob es möglich sei, diese Erscheinung wissenschaftlich zu erklären und für die Praxis Nutzen daraus zu ziehen. Man weiß, daß die Frucht nicht stirbt, wenn sie gepflückt wird; sie lebt und atmet weiter bis zu dem Moment, wo sie in Fäulnis übergeht.

Aber diese Absorption der flüchtigen Essenzen vollzieht sich nicht allein durch die Atmung; die Frucht kann, wie jedes Lebewesen, sie auch durch die Haut aufnehmen. Dies erscheint die annehmbarste Hypothese zu sein.

Man brachte nun Birnen mit Vanillenschoten zusammen in Obsthurden unter, und fand, daß sie in verschiedenem Maße den Geruch von Vanille angenommen hatten. Bei manchen Früchten war das Aroma ziemlich stark ausgesprochen, und es war auch durchaus nicht flüchtig, sondern hielt sich ziemlich zäh bis zum Verbrauche der Früchte.

Weitere Experimente auf diesem Gebiete wären sehr interessant und würden sicherlich zu einer praktischen Verwertung der Fähigkeit gewisser Obstsorten, sich die umgebenden Gerüche anzueignen, führen. So gibt es z. B. lange haltbare Früchte, die schön und saftig, aber faden Geschmacks sind, und daher unverwertet bleiben. Man kann nun wohl annehmen, daß diese Früchte, wenn sie in einen Raum mit geeigneten Gerüchen gebracht werden, sich den ihnen fehlenden Geschmack und Geruch anziehen könnten. Es wäre dies für die Obstbaumzucht ein Fortschritt, und ein mindestens ebenso schätzenswerter Gewinn, wie die Erzielung einer neuen Art.

Aus „Hotelindustrie und Kochkunst".

Krankenkost.

Der richtigen Ernährung wird mit Recht eine große Bedeutung für den Verlauf von Krankheiten zugeschrieben. Sie hat die Aufgabe, die Kraft des Kranken nach Möglichkeit zu erhalten, ihn in günstiger Weise anzuregen und widerstandsfähiger zu machen.

H. Laue schreibt darüber in seiner „Hauswirtschaftslehre" (Verlag Teubner, Berlin): Für die Auswahl von Krankenkost lassen sich allgemeine Regeln nicht aufstellen; sie hat Rücksicht zu nehmen auf die Art der Krankheit und auf die Person des Kranken. Diese aber sind nach ihren Lebensverhältnissen, nach Alter, Geschlecht und Gewohnheit sehr verschieden. In der Genesung begriffene Menschen müssen anders ernährt werden als Kranke. Die Festsetzung der Kost muß daher für jeden einzelnen Fall dem Arzt überlassen werden, der in der Lage ist, den Wert und die Wirkung der Kost richtig zu beurteilen. Falsche Kost schadet dem Kranken ungleich mehr als dem Gesunden, weil er empfindlicher und weniger widerstandsfähig ist. In allen Fällen muß die Auswahl äußerst sorgsam getroffen werden; die Kost muß richtig zusammengesetzt und gut zubereitet sein und soll dem Kranken mit strenger Regelmäßigkeit gereicht werden. Der bei mancher Krankheit gegen bestimmte Speisen, namentlich Fleisch, bestehende Widerwille darf nicht gewaltsam überwunden werden, wie überhaupt ein Aufzwingen von Nahrung in den meisten Fällen schädlich wirkt.

Unter allen Nahrungsmitteln für Kranke steht die Milch obenan. Sie ist leicht zu haben und enthält alle notwendigen Nährstoffe in einer den meisten Kranken zuträglichen Form. Um sie leichter verdaulich zu machen, kann ihr Gersten- oder Haferschleim zugesetzt werden. Bei manchen Krankheiten gibt man Buttermilch, Kefyr und Kumys den Vorzug.

Vom Fleisch empfiehlt sich besonders bestes Rind- und Kalbfleisch, aber auch Wild und Geflügel.

Fleischbrühe enthält nur sehr geringe Mengen von Nährstoffen, ist aber wertvoll durch den Gehalt an Extraktstoffen und Kalisalzen, die anregend auf die Verdauung wirken. Um ihren Nährwert zu erhöhen, wird häufig Eidotter zugesetzt.

Eier sind ihres hohen Nährwertes wegen in der Krankenkost geschätzt, dürfen aber meist nur in feinverteiltem Zustand, in Suppen, Fleischbrühe und Mehlspeisen genossen werden.

Eine sehr wichtige Rolle spielen auch die Getreidemehle. Die daraus bereiteten Suppen werden oft geradezu als Krankensuppen bezeichnet. An erster Stelle stehen Hafer- und Gerstenmehl, aber auch

Weizenmehl, Grieß und Gerste sind nicht zu unterschätzen. Alle diese Suppen haben einen milden Geschmack, sind leicht verdaulich und enthalten die wichtigsten Nährstoffe in gelöster Form. Für Magenkranke sind sie deshalb von besonderem Wert. Da nur geringe Mengen der Mehle verwendet werden, so ist die Nährkraft der Suppen nicht groß, sie kann aber durch Zusatz von Milch erhöht werden. Eine ähnliche Bedeutung kommt den Suppen aus Schwarzbrot und Weißbrot zu.

Von den Brotsorten ist den meisten Kranken Weißbrot am zuträglichsten, nur in besonderen Fällen leisten Brot aus geschrotetem Weizen (Grahambrot) oder geschrotetem Roggen gute Dienste.

Die Leguminosen finden in der Krankenkost nur geringe Verwendung, sie sind, in der gewöhnlichen Bereitung wenigstens, schwer verdaulich.

Kartoffeln gelten als leicht verdaulich, enthalten aber nur sehr geringe Mengen Eiweiß und Fett; durch Anrühren mit Milch wird ihr Nährstoffgehalt etwas erhöht.

Gemüse finden in der eigentlichen Krankenkost keine Verwendung, für Genesende können sie jedoch von großem Werte sein. Vorsichtig sei man in der Verwendung von Kohlarten, die zu Beschwerden, namentlich Blähungen leicht Veranlassung geben. Auszuschließen von der Krankenkost sind Pilze und Schwämme. Dagegen ist das Obst von großer Bedeutung. Sein Nährstoffgehalt ist freilich gering, aber die im Obst enthaltenen Säuren und Salze wirken anregend und fördernd auf die Verdauung. Der angenehme frische, kühlende Geschmack sagt Fieberkranken besonders zu. Geschmortes, gekochtes und eingemachtes Obst hat die Eigenschaften des frischen Obstes und ist diesem meist vorzuziehen.

Unentbehrlich in der Krankenkost ist der Zucker; er macht viele Speisen schmackhaft und ist selbst ein Nahrungsmittel, das den Verbrauch von Eiweiß und Fett beschränkt.

Unter den Getränken steht das Wasser in erster Reihe, es ist für Kranke ebenso unentbehrlich wie für Gesunde. Mit Fruchtsäften gemischt wirkt es angenehm kühlend und ist ein Labsal für Fieberkranke. Mit Vorsicht sind alkoholische Getränke (Bier, Wein) zu verwenden. Sie können von großem Werte sein, wenn es gilt, anregend auf das Nervensystem, die Herztätigkeit und den Blutumlauf einzuwirken. Belebend wirken auch die alkaloïdhaltigen Getränke (Kaffee, Thee). Kakao ist mehr Nahrungsmittel als Genußmittel, da er reichlich Eiweiß, Fett und Kohlehydrate enthält. Er ist angebracht in der Genesung, seltener in der Krankheit selbst; nicht verwendbar ist er bei starken Verdauungsstörungen und Fieber.

Haushalt.

Der Schornstein leitet den Rauch ab und erzeugt zugleich den lebhaften Luftzug nach oben, also aus dem Ofen hinaus, ohne den die zum Brennen notwendige Luft nicht durch Ofentür und Rost ins Feuer eindringen könnte. Wenn der Schornstein nicht hoch genug ist, ist der Zug zu schwach, der Ofen raucht. Der Schornstein muß dann erhöht oder ein Rohr aufgesetzt werden. Wenn der Wind lebhafter weht, drückt er auf die Luft im Schornstein, der Luftzug ist gehemmt. Deshalb setzt man feste Kappen auf den Schornstein, besser noch bewegliche, die sich mit dem Winde so drehen, daß die Öffnung dem Winde stets abgewandt bleibt. Bei großer Kälte ist die Luftsäule im Schornstein oft so schwer, daß der erste warme Luft- und Rauchstrom beim Anfeuern nicht in die Höhe kann, es raucht. Ein Stroh- oder Spänebüschel, im Schornstein selbst entzündet, treibt die Luftsäule in die Höhe. Undichte Schornsteintüren oder Risse im Schornstein erzeugen Gegenzug und schwächen den aufsteigenden Luftstrom. Die Türen müssen gedichtet, Risse verstrichen werden.

Die feuchte Luft, wie die Säuren der wässerigen Niederschläge (Regen, Schnee) zersetzen die Oberfläche des **Fensterglases**. Es bildet sich ein weißes oder schillerndes Häutchen, das Fenster wird blind. Daher ist Putzen mit Spiritus, zeitweises Abwaschen mit Kalilösung (Holzaschen- oder Kreidelauge) zu empfehlen.

Das Einfetten des Schuhwerks. Auch bei sorgsamer täglicher Pflege dringt Schmutz und Wichse nach und nach ins Innere der

Poren. Es verliert sich aber auch das natürliche Fett des Leders. Aus beiden Gründen wird das Schuhwerk hart und brüchig. Darum muß es von Monat zu Monat mit nasser Schmutzbürste gründlich und wiederholt gerieben und dadurch die Poren von Schmutz und Wichse möglichst befreit und wieder geöffnet werden. Dann muß der Schuh mit feinem Fett (Marköl, Baumöl, Fischthran) tüchtig eingerieben werden, bis er sich wieder genügend mit Fett gefüllt und seine Geschmeidigkeit wiedererlangt hat. Angewärmtes Fett dringt tiefer ein. Sr.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Ribelisuppe, *Gebratenes Huhn, Reisrand, grüner Salat, †Geleetorte.

Montag: †Fischsuppe, †Fleischkuchen, *Selleriegemüse, *Maiskuchen.

Dienstag: Geröstete Grießsuppe, †Hasenpfeffer, *Schweizerkartoffeln, Endiviensalat.

Mittwoch: Gemüsesuppe, †Brotauflauf mit Käse, Zwetschgenkompott.

Donnerstag: Fidelisuppe, Schüblinge, †Linsen mit Zwiebelsauce, †Apfel mit Vanillesauce.

Freitag: Durchgetriebene Linsensuppe, Bratwürste, †Gebackenes Sauerkraut mit Kartoffeln, Quittenschnitze.

Samstag: *Braune Reissuppe, *Suppenfleisch mit saurer Sauce, Gedünsteter Spinat, †Kalter Kastanienpudding.

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

Kochrezepte.

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

Braune Reissuppe. 2 Kochlöffel Mehl werden in etwas Fett bräunlich geröstet und mit Wasser abgelöscht. Ein Lauchstengel wird nudelartig geschnitten und mit zusammengebundenen Sellerieblättern und mit zirka 100 bis 150 Gr. Reis in die Suppe gegeben. Diese wird nun zugedeckt langsam gar gekocht. Nachdem die Selleriebläter entfernt sind, wird die Suppe über 1—2 Löffel geriebenen Magerkäse angerichtet, worauf man sie nach Gutfinden mit einem oder mehreren Güßchen Maggi-Würze im Geschmacke hebt.

Gebratenes Huhn. Zutaten 1½ Kilo Huhn, 50 Gr. Fett, 2 Dezil. Fleischbrühe, Salz, 50 Gr. Speck, 1 Zwiebel, 1 Gelbrübe. Das vorbereitete Huhn wird mit Speckscheiben umwickelt, in den gut schließenden Schmortopf in das heiß gemachte Fett gelegt und auf ganz kleinem Feuer mit der Zwiebel und der Rübe zugedeckt ¾ Stunden gedünstet; dann gießt man die Fleischbrühe heiß zu, pinselt den Bratenfond auf und läßt noch etwa ¼ Stunde fertig schmoren.

Aus „Gritli in der Küche".

Suppenfleisch mit saurer Sauce. Zur Sauce: 40 Gr. Fett, 5 Gr. Salz, 50 Gr. Mehl, 20 Gr. Zwiebel, Sellerie und Rübe, 2 Eßlöffel Essig, eine saure Gurke, 1 Liter Wasser. Die feingeschnittenen Zwiebeln werden in dem Fett hellbraun gebraten und das Mehl dazu gerührt. Wenn auch dieses gebräunt ist, füllt man nach und nach unter fleißigem Rühren 1 Liter Wasser auf, in welchem Sellerie und Rüben gekocht wurden, tut Salz und Essig dazu und läß alles gut kochen. Dann schneidet man das gekochte Fleisch in Scheiben, legt es in die Brühe, desgleichen die in Scheiben geschnittene Gurke und läßt alles noch 10 bis 15 Minuten kochen. Kartoffeln als Beigabe. Bereitungsdauer ½—¾ Stunden.

Aus „Die Nahrung" von A. von Nostitz.

Schweizerkartoffeln. Passen zu jedem Fleisch. Auch als Fastenspeise nebst gekochtem Gemüse oder Obst. Am meisten werden sie aber zum Kaffee gegessen. Zirka 1½ Kilo in den Schalen gekochte Kartoffeln werden auf dem Reibeisen fein gerieben, mit 4 Eßlöffel Mehl und Muskatnuß leicht vermengt. Diese Masse wird in die Bratpfanne in heißes Fett gegeben. Zugleich macht man in einem Schüsselchen ein Teiglein von geriebenem Käse, einem Täßchen Rahm oder Milch und 2 Eiern und schüttet dies gleichmäßig über die Kartoffeln in die Pfanne und läßt es durchziehen. Sind die Kartoffeln unten schön angebraten, so kehrt man sie sorgfältig auf einem Teller oder Deckel um, gibt wieder Fett in die Pfanne, läßt es heiß werden, läßt darauf den Kuchen sorgfältig hineinrutschen und bratet auch diese Seite schön gelb und richtet ihn sorgfältig an. Diese Speise ist sehr schmackhaft und nahrhaft, und sieht hübsch aus.

Aus „100 gute, billige Kartoffelspeisen" von S. Senn.

Selleriegemüse. Man putzt und schält die Selleriekopfe, schneidet sie in dünne, halbrunde Scheibchen und kocht diese in kräftiger Fleischbrühe weich. Man verdickt die Brühe dann mit einer Mehlschwitze, läßt das Gemüse noch eine Weile damit durchkochen und würzt es mit dem nötigen Salz und etwas Muskatnuß. Man reicht Koteletten, Frikandellen, gedämpftes Kalbfleisch, Bratwurst u. drgl. dazu.

Brötchen mit Senfbutter und Eiern. Große dünne Brotscheiben bestreicht man mit Senfbutter, garniert sie mit gut gewässerten und sauber geputzten Sardellenstreifen, die gitterartig über das Brot gelegt werden. In die leeren Zwischenräume legt man abwechselnd gehacktes, hartgekochtes Eiweiß oder Eigelb. Dann schneidet man die Schnitten

schön egal und ordnet sie mit Petersilie verziert auf einer runden Platte.

Aus „Bruschga" von Frau Wiget-Thoma.

Apfel-Eis. Hiezu nimmt man nur die feinsten Äpfel, Calviller oder auserlesene Reinetten. Man schält etwa zehn Stück, zerreibt sie auf einem Reibeisen mit 200 Gr. grobgestoßenem Zucker, vermischt sie mit dem Saft von zwei Zitronen und dem Zuckersirup von 300 Gr. Zucker, der in 1/2 Liter Wasser geklärt worden ist, arbeitet alles gut durcheinander und füllt es alsdann in die Gefrierbüchse.

Maiskuchen. 500 Gr. Mais, 2 Liter Milch, zirka 1/2 Liter Rahm, 50 Gr. Butter, 100 Gr. Zucker, 200 Gr. Sultaninen oder Rosinen, 3 Eier, Salz. Wenn die Milch mit Salz und Zucker kocht, so rührt man den Mais hinein und kocht ihn etwa 10 Minuten zu einem steifen Brei. Dann wird er vom Feuer genommen, mit der Hälfte Butter, den gewaschenen Sultaninen und dem mit den Eiern zerquirlten Rahm vermischt. Nun streicht man die übrige Butter in ein großes Blech mit 2—3 Cm. hohem Rand, gibt den Mais schön gleichmäßig darauf und backt den Kuchen bei mäßiger Hitze 2 Stunden im Ofen.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Gesundheitspflege.

Die Massage ist eine Heilmethode, welche sich jetzt mit Recht einer großen Beliebtheit erfreut, nur muß sie von sachverständiger Hand ausgeübt werden. Sie hat den Zweck: 1. Ansammlungen von Wasser oder Blut unter der Haut oder in Gelenken zur Aufsaugung durch die Lymphgefäße zu bringen. 2. Den Blutumlauf anzuregen. 3. Die zur Untätigkeit verurteilten Muskeln gebrauchsfähig zu erhalten und schwache Muskeln zu kräftigen. 4 Muskel- und Gelenksteifigkeit zu beseitigen.

Es ist verboten an Stellen, wo Eiterung vermutet werden darf, weil durch das Streichen der Eiter in die Lymphgefäße gelangen und Blutvergiftung verursachen kann. Ferner wäre es gefährlich, ein geschwollenes Bein zu massieren, dessen Schwellung durch eine Blutaderverstopfung hervorgerufen ist, denn würde man ein Blutgerinnsel durch das Reiben lösen und würde dieses nach dem Herzen und von da in ein Lungengefäß gelangen, so würde das Gefäß verstopft und ein Lungenschlag mit oft tötlichem Ausgang die Folge sein.

Immer werden die Bewegungen so ausgeführt, als wollte man eine unter der Haut angesammelte Flüssigkeit nach oben wegstreichen.

Die Richtung des Massierens bewegt sich immer nach dem Herzen zu, also beim Hals von oben nach unten, bei den Gliedmaßen von den Fingern und Zehen nach dem Rumpf hin, beim Rücken von unten nach oben. Die Haut wird gewöhnlich zur Streichkur mit Vaselin oder Öl eingefettet oder mit Fettpuder bestreut.

Es ist durchaus nötig, das Massieren durch Anschauung zu erlernen. Dr. K. W.

Krankenpflege.

Die Behandlung von Hühneraugen kann eine chirurgische sein, indem man das Hühnerauge aus seinem Lager mit feinem Messer heraushebt. Aber das erfordert große Vorsicht, antiseptische Maßnahmen. Mancher Fall schwerer Blutvergiftung ist auf Infektion beim Hühneraugenschneiden zurückzuführen.

Hervorgehoben sei auch, daß diese kleine Operation bei Zuckerkranken sehr große Bedenken hat, da sich Brand daran knüpfen kann. Viel einfacher und gefahrloser ist die Entfernung mit hornerweichenden, keratolytischen Mitteln, unter denen die Salizylsäure obenan steht. In starker Konzentration aufgetragen, verwandelt sich die Hornmasse in eine weiße, weiche, leicht abhebbare Masse, ohne die Haut wund zu machen. Dr. Jessner empfiehlt in seiner Schrift „Behandlung kosmetischer Hautleiden" folgendes Vorgehen. Man benützt Salizylkollodium:

Acid. salizyl. 3,0—6,0
Collodii elastici 30,0
DS. äusserlich.

Diese Lösung pinselt man auf das Hühnerauge und dessen nächste Umgebung, läßt sie antrocknen; trägt so hintereinander mehrere Schichten auf. Das wiederholt man morgens und abends so lange, bis das Ganze sich ganz leicht, ohne jegliche Gewalt, als weiße Masse herausheben läßt. Damit ist das Hühnerauge beseitigt, um allerdings wiederzukehren, wenn man nicht den krankhaften Druck wegschafft oder wenigstens durch einen sog. Ballenring oder durch Einfetten die Stelle schützt.

Kinderpflege und -Erziehung.

Säuglinge mit besonders empfindlicher Haut leiden im Herbst und Winter leicht an plötzlichem Aufspringen derselben. Nicht selten entstehen sogar kleine Hautrisse, die bei der Berührung mit Wasser dem Kinde große Schmerzen verursachen. In diesem Falle verwende man nur laues Wasser zum Waschen des Gesichtes. Eine Stunde vorher fette man jedoch die Haut mit Vaselin, Lanolin oder Goldcream ein und wiederhole dieses Verfahren auch, bevor man das Kind ins Freie bringt und abends vor dem Schlafengehen.

Das Aufschreien der Kinder im Schlafe, ein Beweis stark gestörter Nachtruhe, kann verschiedene Ursachen haben. Oft ist nur schlechte Lage die Veranlassung dazu, sodaß es mit Veränderung derselben verschwindet, auch trägt vielfach zu voller Magen bei zu spät eingenommener Mahlzeit zur nächtlichen Unruhe der Kleinen bei. Auch gestörte Verdauung oder zu warmes Lager können Angstzustände des Kindes erzeugen. Man sorge deshalb für Abstellung der Fehler und lege dem unruhigen Kind einige Zeit lang jeden Abend einen feuchten Umschlag um den Unterleib, dessen Hinaufrutschen man durch sorgsames, festes Anlegen verhütet. Dr. Sch.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Blütensträucher im Zimmer.

Flieder (Syringa), Prunus triloba (**Mandel-Aprikosen**), Deutzia gracilis, Azalea pontica, Azalea mollis **und andere Sträucher, Klumpen von** Spirea japonica, Diclytra spectabilis (**Herzblume**) **müssen, sofern man diese im Zimmer treiben will, immer an der ganzen Pflanze feucht gehalten werden; also heißt es in der ersten Zeit viel spritzen. Zu diesem Zweck können kleinere und größere Pflanzen, die auch ein paar Mal gut durchgefroren sind, aus den Gärten in Töpfe gepflanzt werden.**

Bessere und auch sicherere Resultate geben die vom Gärtner gekauften Pflanzen, die zu diesem Zweck eigens in Töpfe vorkultiviert werden.

Abgetriebene, resp. abgeblühte Pflanzen dieser Art stellt man in kühle Zimmer oder Keller, um sie dann im Frühjahr in den Garten zu setzen oder auch auf dem Balkon oder auf der Zinne &c. weiterzupflegen. Spuren wird ein solches Treiben immer an den Pflanzen zurücklassen, wenn solche nicht manchmal auch wohl ganz eingehen; deren Weiterpflege ist daher nicht mehr lohnend. Sehr interessant und lohnend ist auch das Treiben abgeschnittener Blütenzweige im Zimmer, von allen möglichen Blütensträuchern des Gartens, im Frühjahr auch von Kirschen, Äpfeln &c. und von Waldsträuchern. Werden diese warm gestellt und mit warmem Wasser gespritzt, so werden sie bald Blüten bringen. M.

Tierzucht.

Ehe man sich zum Kauf eines Vogels entschließt, unterrichte man sich genau über die Bedingungen, unter denen er in der Gefangenschaft am besten gedeiht, also über Fütterung, Art des Käfigs und dergl. Die Haltung eines Vogels unter unpassenden Verhältnissen ist eine arge Tierquälerei.

Vor allen Dingen gehe man nicht an die Haltung von Insektenfressern, ehe man einige praktische Kenntnisse durch längere Pflege von Körnerfressern erworben hat.

Ob ein Vogel gesund ist, erkennt man an seinem munteren Wesen, den lebhaften Augen, dem glattanliegend getragenen Gefieder, auch wenn dieses durch den schlechten Käfig zerstoßen sein sollte, und an den sauberen Füßen. Vögel, die still und traurig dasitzen, matte Augen haben, das Gefieder aufblasen oder gar den Kopf unter die Flügel stecken, nehme man nicht. Sodann möge der Anfänger niemals frischgefangene oder erst vor kurzem eingeführte Vögel kaufen, denn die Eingewöhnung ist nicht immer leicht und erfolgreich. Am besten entnimmt man bereits eingewöhnte, „futterfeste" Vögel von zuverlässigen Händlern oder Liebhabern.

Vorzuziehen für den Anfang sind Vögel, deren Pflege recht einfach ist, so der Zeisig, der Stieglitz, der Leinfink, der Hänfling und rauher erzogene, also nicht sehr feine Kanarienvögel; von Exoten der graue Reisvogel, der Bandfink, der Zebrafink und der Wellensittich; von diesen wieder besonders gezüchtete Tiere. A. W.

Gänse sind selten krank. Durch häufiges Baden reinigen sie sich selbst von Ungeziefer. Sollten sich aber dennoch auf der Haut und im Gefieder schmarotzende Milben und Federlinge einnisten, die das Tier sehr belästigen und seine Zunahme verhindern, ist persisches Insektenpulver oder eine Abkochung von Anissamen einzureiben. Der Stall ist zu reinigen und mit Kalkmilch unter Zusatz von Karbolsäure auszuweißeln.

Frage-Ecke.

Antworten.

84. **Fleckenwasser** selbst herzustellen, d. h. beim Einkauf die verschiedenen Arten der Flecken lösenden Substanzen in eine Flasche füllen zu lassen, empfiehlt sich sehr. Auf solche Weise erhält man unschädliche Fleckenwasser, die sehr gut reinigen und dabei recht preiswert sind. Ein Universal-Rezept zum Entfernen aller Arten von Flecken kann es nicht geben, weil diese bezügl. Löslichkeit zu verschiedener Natur sind. Das richtige Zusammensetzen und Verwenden der Reinigungsmittel für alle diejenigen Gegenstände, die sonst zur chemischen Reinigung gegeben werden müßten, sollte man sich von Fachkundigen zeigen lassen. Es ist dies ein so wichtiges Gebiet der Hauswirtschaft, dem noch viel zu wenig allgemeine Aufmerksamkeit zugewandt wird. Sollte hiefür Interesse vorhanden sein, so bin ich gerne für nähere Auskunft bereit.

Alte Abonnentin.

85. Beide Kocharten sind angenehm, immerhin ist der Preis von **Gas** und **Elektrizität** in Betracht zu ziehen; ist letztere für Kochzwecke über 12 Cts. per Kilowattstunde, so werden Sie mit Gas, das 19—21 Cts. per Kubikmeter kosten wird, ebenso billig kochen. Für Gasherde, resp. Gasrechauds kann man jedes Kochgeschirr brauchen, für elektrische Herde muß, wenn sparsam und zweckmäßig gekocht werden soll, entweder Nickel-, schweres Aluminium- oder Eisengußgeschirr mit flachem Boden zur Verwendung kommen. Die Firma Ehrenberg in Luzern, Fabrik für elektrische Apparate, hat einen elektrischen Backofen konstruiert, worin gekocht, gebacken und gedörrt werden kann. Der Apparat sieht sehr gut aus und die Firma würde Ihnen vielleicht Adressen von solchen Hausfrauen, die ihn im Gebrauch haben, mitteilen. Beim Kochen mit Gas sollte unbedingt der Selbstkocher oder die Kochkiste in Anwendung kommen. Für Küchenbeleuchtung (diese geht beim Kochen mit Gas in die gleiche Rechnung) würde ich aus Erfahrung zu elektrischer Beleuchtung unbedingt raten. Sie kommen, außer den Installationskosten, nicht teurer zu stehen, aber Metallgeschirr &c. bleibt besser erhalten.
R. G.

85. Seit letzten Sommer brauche ich **Elektrizität** zum Kochen. Ich bin sehr befriedigt davon, nur ist es wohl teurer als Gas. Es kommt auch darauf an, wie der Strom abgegeben wird. Im St. Gallischen ist er sehr teuer. Auch die Anschaffung der Kochtöpfe kommt hoch. Nimmt man einen elektrischen Herd, so kann man die andern Töpfe mit ebenem Boden gebrauchen. Man hat mir aber angeraten, Kochtöpfe zu kaufen mit Heizkörpern darin; es geht weniger Strom verloren. Die Hauptsache ist, daß Sie den Strom zu billigem Tarif erhalten. Auch die Zählermiete beläuft sich hoch mit Doppeltarif. Zu weiterer Auskunft bin ich gerne bereit.
A. P.

86. Weißseidene **Blusen** werden nach öfterem Waschen leicht gelblich, namentlich wenn sie in der Sonne getrocknet werden oder wenn sie lange zum Trocknen hängen. Ihre gelblich gewordene Bluse können Sie höchstens färben lassen, wenn Sie die jetzige Farbe stört.
R.

86. Meine weißwollenen und weißseidenen **Blusen**, Kleidchen &c. schwefle ich nach dem Waschen. Haken, Ösen und Druckknöpfe muß man vorher entfernen, da sie durch das Schwefeln Grünspan ziehen. Liesel.

87. Farbige **Krawatten** werden mit Spiritus oder stark verdünntem Salmiakgeist gereinigt. Der Erfolg wird Sie befriedigen.
Emmy.

88. Sie hätten das **Kleid** sofort aufdämpfen sollen, dann wären die Flecken verschwunden. Sie können das Versäumte aber noch nachholen. Legen Sie ein feuchtes Tuch auf den Stoff, das ganze Kleid oder die Bahn, die Tropfen hat, und glätten Sie mit heißem Eisen darüber. Wenn der Stoff gut ist, werden die Flecken verschwinden. Lena.

89. Räumen Sie Ihren Keller aus, bürsten Sie die Wände mit einem sogen. Strupper, auch den Boden. Ist alles zusammengewischt und durch gute Zugluft gelüftet, so streichen Sie die Wände, auch solche von Holz, mit Kalk an. Ist der Anstrich getrocknet, was bald geschehen sein wird, so räumen Sie den Keller wieder ein; er wird wohl von den **Schnecken** gemieden werden. R. G.

89. Gegen **Kellerschnecken** gibt es kein besseres Mittel, als gewöhnliches Kochsalz, das überallhin gestreut wird, wo die Schnecken hineinkommen können, auch um die Pfosten der Apfelhurden. Ich habe diese lästigen Tierchen mit diesem Mittel total vertrieben.
Frau H.

Fragen.

90. Wie wird **gedörrtes Obst** am besten aufbewahrt? Ein Bekannter hat Apfelschnitze in Säcken aufbewahrt und nun sind sie voll Würmer. Wären Hurden in Dachkammern besser oder Kisten mit Löchern?
Abonnentin.

91. Wie entferne ich auf neuen tannenen Fußböden **Ölfarbenflecken**? Ist es ratsam, tannene Riemenböden zu ölen und dann zu wichsen wie Parkett- oder Pitchpineböden? Für Auskunft dankt E. Tsch.

92. Ist es wahr, daß bei Wohnungen mit Zentralheizung und elektrischem Licht keine **Topfpflanzen** in den Zimmern gedeihen? Ist die trockene Luft daran schuld? Und wie kann man den Übelstand verbessern?
Junges Hausmütterchen.

93. Wo bezieht man hübsche, praktische und nicht zu teure **Wasser-Aufsätze** auf Radiatoren (Zentralheizung)? Die Luft sollte auf diese Weise feucht gehalten werden.
Hausfrau.

94. Wie behandelt man blühende **Cyklamen**? Solche gehen mir leider immer ein, wenn ich sie auch noch so gut pflege. Für guten Rat dankt Emmy.

95. Womit reinigt man **Badewannen**, Klosett-Lavoir und -Schüsseln am besten?
Marie.

Blitzblanke
Fenster & Spiegel
nur mit Silka Putztuch
Enorm billiger & besser als Hirschleder