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

Band: 23 (1916)

Heft: 1

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweiz. Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht ::

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich ∴ Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27 und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Nr. 1. XXIII. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern Zürich, 1. Januar 1916

SCHWEIZ. LANDESBIBLIO 1916 G. 4601 BERN

Hab Sonne . . .

Hab Sonne im Herzen,
Obs stürmt oder schneit,
Ob der Himmel voll Wolken,
Die Erde voll Streit!
Hab Sonne im Herzen,
Dann komme was mag!
Das leuchtet voll Licht dir
Den dunkelsten Tag!

C. Fl.

Aufbewahrung und Haltbarkeit der Konserven.

Da eine Erschwerung der Beschaffung von Lebensmitteln vorauszusehen war, wurden auch bei uns größere Mengen von Obst und Gemüse in Dauerform übergeführt, zu Konserven verarbeitet, und es werden daher nachfolgende in den „Geisenheimer Mitteilungen über Obst- und Gartenbau" erschienene Darlegungen von Prof. Dr. K. Kroemer, Geisenheim, für unsere Leser von Interesse sein.

Die Haltbarkeit einer Konserve hängt nicht nur davon ab, wie man sie herstellt, sondern auch davon, wie man sie aufbewahrt. Durch die Zubereitung werden die Zersetzungserreger, die sich auf den Nahrungsmitteln vorfinden, abgetötet oder unter Bedingungen gebracht, die ihre Entwicklung verhindern; durch die Art der Aufbewahrung aber muß verhütet werden, daß neue Fäulnispilze zu den entkeimten Nahrungsmitteln Zutritt erlangen oder die Zusammensetzung der Konserven sich so verändert, daß in ihnen etwa noch vorhandene Pilzkeime wieder zum Wachstum angeregt werden. Diesen Zwecken entspricht die Aufbewahrung nur dann, wenn die Konserven vor der Verschmutzung durch Staub und vor der Einwirkung von Nässe, höheren Wärmegraden und grellem Sonnenlicht bewahrt bleiben.

Staub enthält stets große Mengen von Pilzkeimen. Selbst die feinsten Staubteilchen, die uns im Lichte eines Sonnenstrahls als Sonnenstäubchen erscheinen, sind mit ihnen besetzt. Durch Regen und Sprengen, durch feuchtes Aufwischen der Zimmer werden Luft- und Bodenkeime immer wieder mit den Staubkörnchen verklebt, so daß sich auf die Dauer nur verschwindend wenige von ihnen wirklich keimfrei erhalten. Von der großen Zahl der Luftkeime haftet der überwiegende Teil jedenfalls dem Staub an, und nur der kleinere Teil schwebt frei und selbständig in der Luft. Ein einziges Gramm Staub kann mehrere Tausende von Bakterien und Pilzsporen einschließen; ja liegender, öfter feucht werdender Straßenstaub ist nach zahlreichen, sehr sorgfältigen Untersuchungen so mit Fäulniskeimen durchsetzt, daß ein Gramm stets mehrere Millionen von ihnen beherbergt. Nicht viel kleiner dürfte der Keimgehalt des Staubes in feuchten, unsauberen Räumlichkeiten, z. B. in warmen dumpfen Kellern sein.

Es ist ohne weiteres einleuchtend, daß der Staub infolge dieser hohen Keimzahlen die Haltbarkeit der Konserven sehr gefährdet. Daß er zur Fäulnisquelle werden kann, wenn er mit den konservierten Nahrungsmitteln selbst in Be-

rührung kommt, wie z. B. bei mangelhafter Lagerung von Dörrobst oder Dörrgemüsen oder bei schlechtem Verschluß der Einmachgefäße, bedarf keiner weiteren Erwähnung; wohl aber ist nachdrücklich darauf hinzuweisen, daß er selbst dann, wenn er nur äußerlich auf Glas oder Büchsenkonserven auffällt, zur Zersetzung der Konserven beitragen kann. Das ist nämlich dann der Fall, wenn er feucht wird und die in ihm enthaltenen Keime zu wachsen beginnen. Namentlich die aus den Pilzsporen hervorgehenden Keimschläuche durchwachsen dann oft die Gefäßverschlüsse, am leichtesten natürlich Wattestopfen — die ja überhaupt die Zersetzung nur so lange aufhalten, als sie trocken sind und als Luftfilter wirken —, schwieriger allerdings, aber immer noch verhältnismäßig schnell Pergamentpapier, Blase oder unverlackte Korken. Es kommt sogar vor, daß solche Pilzfäden in gut eingekochte Glaskonserven eindringen, indem sie sich zwischen Deckelwand und Gummiring an irgend einer Stelle einen Durchgang erzwingen. Namentlich bei Gläsern ist das zu beobachten, bei denen während des Erhitzens etwas Konservierungsflüssigkeit zwischen Deckel und Gummiring ausgekocht und in halb eingetrocknetem Zustande auf dem vorstehenden Rande der Gummidichtung zurückgeblieben ist. Solche Reste begünstigen bei Zutritt von Feuchtigkeit nicht nur die Entwicklung der Pilze, sondern erleichtern oder ermöglichen ihren feinen Zellfäden anscheinend erst das Einwachsen zwischen Deckelrand und Gummiring. Zwängt sich auch nur ein einziger, mit bloßem Auge gar nicht sichtbarer Keimschlauch in das Innere des Gefäßes, dann verdirbt dessen Inhalt früher oder später. Der Pilzfaden wächst an der Innenfläche des Deckels weiter und bildet hier einen feinen, kaum als leichter weißlicher Anflug bemerkbaren Pilzrasen. Von letzterem fallen Sporen auf den Gefäßinhalt, und dieser überzieht sich infolge dessen sehr bald mit einer Schimmeldecke.

Damit ist der Hauptnachteil, der sich aus der Aufbewahrung der Konserven in feuchten Räumen ergibt, eigentlich schon besprochen; nur muß noch betont werden, daß Nässe und Feuchtigkeit auch deswegen gefährlich sind, weil sie die Festigkeit mancher Gefäßverschlüsse vermindern, ja selbst Blechbüchsen und Blechdeckel durch Begünstigung der Rostbildung stellenweise undicht machen und in manchen Fällen auch diejenigen Keime zum Auswachsen bringen, die bei der Zubereitung der Konserven lebend geblieben sind. Das letztere ist hauptsächlich bei der Aufbewahrung von Dörrobst und Dörrgemüse zu beachten, Erzeugnissen, die stets noch lebensfähige Pilzkeime enthalten. Bei einer Reihe von Untersuchungen fand ich zum Beispiel, daß selbst völlig einwandfreie Dörrerzeugnisse in jedem Gramm etwa 30 bis 4500 lebensfähige Keime mit sich führen. So betrug die Menge der Bakterien und Pilzsporen im Mittel in einem Gramm

Bosnische Pflaumen	30
Kalifornische Katharinpflaumen I. Güte	45
Getrocknete Pflaumen I. Güte . .	82
„ „ II. „ . .	75
„ „ III. „ . .	89
Amerikanische Apfelringe . . .	239
Getrocknete Aprikosen	657
„ kalifornische Aprikosen .	2342
Suppengemüse (Julienne) . . .	2687
Getrocknete Kirschen	4567

Solange diese Keime sich nicht weiter entwickeln und vermehren können, sind sie für die Haltbarkeit und den Nährwert der Dörrwaren ganz unbedenklich; sie verursachen aber sofort Fäulnis und Zersetzung, wenn die gedörrten Pflanzenteile Wasser anziehen und den Pilzen wieder günstige Wachstumsbedingungen bieten.

Kühl soll man die Konserven aufbewahren, weil niedrige Temperaturen fäulniswidrig wirken. Man muß dabei berücksichtigen, daß in den Konserven auch bei den besten Einkochverfahren nicht immer alle Pilzkeime abgetötet werden, namentlich nicht in solchen Konserven, die im Haushalt hergestellt werden. Wenn sich die Konserven trotzdem halten, so ist das zum Teil darauf zurückzuführen, daß sie durch Zuckerzusatz oder Einkochen bis zu einem Grade eingedickt sind, der die Zelltätigkeit der Fäulniserreger ausschließt,

liegt aber in der Hauptsache doch daran, daß die niedrige Aufbewahrungstemperatur in Verbindung mit dem durch die Beschaffenheit der Gläser und die Herstellungsart der Konserven bedingten Luftmangel das Auskeimen etwa noch vorhandener lebensfähiger Sporen verhindert. Gerade für Glas- und Büchsenkonserven trifft das zu, besonders für solche, die säurearme Gemüse, wie Spargel, Blumenkohl, Bohnen oder Erbsen, enthalten. Es wird daher immer vorteilhaft sein, einen kalten Raum zur Aufbewahrung der Konserven auszuwählen. Doch vergesse man dabei nie, daß die Vorteile der tieferen Temperatur gewöhnlich nicht groß genug sind, um die Nachteile zu hoher Luftfeuchtigkeit aufzuheben oder auch nur wesentlich zu mildern. Steht kein Raum zur Verfügung, der bei kühler Lage auch verhältnismäßig trocken und staubfrei ist, dann wähle man lieber einen etwas wärmeren Platz, der diese beiden Vorzüge aufweist.

Sonnenbestrahlung ist abgesehen von ihrer ausgleichenden Wirkung für Konserven gewöhnlich auch deswegen nachteilig, weil sie zu einer beträchtlichen Erwärmung des Konserveninhalts führen kann. Nicht selten hat diese zur Folge, daß sich in dem freien Raume der Einmachgefäße Wasserdampf bildet, der sich an den freien Wandstellen und auf der Oberfläche des Konserveninhalts nachträglich wieder in Form von Tröpfchen niederschlägt und für Sporen günstige Keimungsbedingungen bietet.

Plätze, die allen hier erwähnten Anforderungen genügen, dürften sich in jedem Haushalt finden. Trockenliegende Flurgänge, luftige, frostsichere Treppenhäuser oder Speicherräume, ungeheizte Zimmer bieten fast immer gute Gelegenheit zur Aufstellung der Vorräte. Dasselbe gilt für trockene, kalte und luftige Kellerräumlichkeiten, nicht aber für warmliegende Keller, die unter Nässe und dumpfer Luft leiden. Ungeeignet zur Aufbewahrung des Eingemachten sind im allgemeinen die Küchen, weil sie zu warm und wenigstens während des Kochens auch zu feucht sind. Der vom Herd aufsteigende Wasserdampf schlägt sich gewöhnlich an den kälteren Wänden, wo die Vorratsbretter und Schränke angebracht sind, wieder in Tröpfchen nieder und begünstigt dadurch außerordentlich das Verderben der eingekochten Früchte und Gemüse. Speisekammern können unter denselben Mängeln leiden, wenn sie neben der Küche liegen und die Verbindungstür während des Kochens offen stehen bleibt. Im übrigen bieten sie aber meist brauchbare Aufbewahrungsplätze.

Auf den Gestellen oder in den Schränken wird man die Konserven immer so aufstellen, daß alle Gefäße leicht zu übersehen sind. Auch unter den besten Aufbewahrungsbedingungen können sich Zersetzungserscheinungen an den Vorräten einstellen, die rechtzeitig entdeckt, oft noch zu unterdrücken sind, unbeachtet die Konserven aber stets völlig zum Verderben bringen. Es kann daher nicht dringend genug empfohlen werden, die Vorräte von Dauergemüsen und Dauerobst regelmäßig und immer wieder durchzusehen und auf ihre Beschaffenheit zu prüfen. Nur so wird man sich wirklich vor Verlusten schützen können.

Das Haushaltungsbuch.

(Nachdruck verboten.)

Man kann verschiedener Ansicht sein über den Wert des Haushaltungsbuches. Mancher Hausfrau erscheint es als Plage, andere aber, die sich eine genaue häusliche Buchführung zur Pflicht gemacht haben, wissen die sich ihnen bietenden Vorteile richtig einzuschätzen: das Haushaltungsbuch legt für sie Rechenschaft ab über die Verwendung des Haushaltungsgeldes. Leider ist das Pflichtgefühl im Alltagsleben der Hausfrau oft wenig entwickelt. Sie verlangt wohl Haushaltungsgeld und wird es erhalten, es wird aber oft zu ganz anderen Zwecken, zu Luxus- und Modeausgaben oder für Konditoreiwaren, Vergnügungsanläße etc. verwendet.

Für das Notwendige im Haushalt reicht es dann kaum; es wird entweder an der Anschaffung guter Lebensmittel und andern notwendigen Dingen gespart oder es werden Schulden gemacht. Dann heißt es: „Das Haushaltungsgeld, das du mir gegeben hast, hat nicht gereicht!“ Glaubt dies der Gatte, so wird auch ein andermal mit der gleichen Gewissenlosigkeit vorgegangen. Aufgeschrieben wird nichts, dazu fehlt die Zeit, und das einmal Ausgelegte ist unwiderbringlich dahin.

Die Führung eines Haushaltungsbuches ist nicht so leicht, wie man es lehrt. Es kommen viele Faktoren in Betracht, die am Aufschreiben hindern; entweder eilt die Zeit, es kommt Besuch, eine Arbeit muß fertig gemacht werden oder man verläßt sich auf das „gute Gedächtnis“ und am Abend ist man zu müde, um das Versäumte nachzuholen. So unterbleiben die Eintragungen zwei, drei Tage lang. Finden wir endlich ein ruhiges Viertelstündchen, dann erinnern wir uns nicht mehr an die Ausgaben von gestern und vorgestern und die Eintragung und das in der Haushaltungskasse liegende Bargeld wollen nicht zusammen stimmen. Das sind die Gründe, warum die Führung eines Haushaltungsbuches oft als eine Plage empfunden wird.

Mit Energie und gutem Willen kann auch in dieser Beziehung manches besser werden. Ich rate allen, die den Haushalt selbst besorgen, an einem bestimmten Ort in der Küche ein Heft mit einem daran gebundenen Bleistift oder eine Tafel aufzubewahren. Kommt der Milchmann oder der Bäcker, so wird gleich die kleine Ausgabe notiert. Auch nach dem Marktbesuch und andern Einkäufen für den Haushalt schreibe man den ausgelegten Betrag sofort auf und trage die Tagesausgaben (auch allfällige Einnahmen) abends anhand des Heftes dann im Wohnzimmer ins Haushaltungsbuch ein. — Diese Arbeit nimmt nicht mehr als zehn Minuten in Anspruch.

Das Heft mit dem angebundenen Bleistift legt man dann wieder an den bestimmten Platz, um es tags darauf wieder zu benützen.

Das vom Verlag des „Schweizer Frauenheim“ herausgegebene und sich bestens bewährende „Ideal-Haushaltungsbuch“ wird jeder Hausfrau auf die oben angegebene Weise treffliche Dienste leisten und sie wird bald Freude an der Führung des Haushaltungsbuches haben. Die Eintragungen werden von Monat zu Monat interessanter, man fängt an zu vergleichen, zieht gute Lehren daraus, freut sich, wenn Einnahmen und Ausgaben stimmen und die Monatsausgabe einmal sogar ein bescheidenes Minus aufweist.

Der Gatte wird sich auch für das Haushaltungsbuch interessieren, das ihm klipp und klar sagt: „So viel braucht es, um recht zu leben!“ Mancher Ehemann wird dabei auch zur Einsicht kommen, daß er sich über die sogen. Nebenausgaben besser Rechenschaft ablegen sollte; die pflichtgetreuen Eintragungen der Gattin mahnen ihn zu zweckmäßiger Verwendung seines Taschengeldes, er erkennt, daß seine Ausgaben für Wirtshaus, Kegelabende, Zigarren &c. in keinem Verhältnis zu ihrer Nützlichkeit stehen.

So wird die Führung des Haushaltungsbuches auch indirekt guten Einfluß auf andere Ausgaben haben und das Buch selbst wird, wenn das Haushaltungsgeld einmal nicht für alle Bedürfnisse langen sollte, ein wertvolles Beleg für die Verwendung des Geldes bilden. Die gewissenhafte Eintragunng aller Ausgaben macht sparsamer. Wenn eine Anschaffung nötig erscheint, wird sich die Hausfrau genauer überlegen, ob die Ausgabe nicht auf eine spätere Zeit verschoben werden kann. Das Haushaltungsbuch ist ein guter Erzieher; deshalb soll es überall Verwendung finden. Wenn die Ausgabe von 1 bis 2 Fr. für ein gutes Haushaltungsbuch zu hoch ist, wähle man das vom Verein guter Schriften herausgegebene oder ein einfaches Heft.

Wer eine Magd hat, lasse diese die von ihr gemachten Ausgaben in ein besonderes Heftchen aufschreiben, das sie abends zur Kontrolle abliefern soll. Die andern Ausgaben schreibt die Hausfrau auf. Jeder

Mutter möchte ich raten, ihre größern Kinder zu den Eintragungen in das provisorische Heft heranzuziehen, damit sie nach und nach zur Erkenntnis kommen, daß der Lebensunterhalt viel kostet und daß sie dem Vater dankbar für die Beschaffung der nötigen Summen sein müssen. Dieses Gefühl wird manchen aufsteigenden kindlichen Wunsch im Keime ersticken und Respekt vor dem Beruf, vor der Arbeit, welche den Lebensunterhalt ermöglicht, wachrufen.

Liebe Hausfrauen! Schafft also ein Haushaltungsbuch an. Will anfänglich Soll und Haben nicht stimmen, so wird im Laufe der Wochen die Arbeit leichter und schließlich wird das Ergebnis befriedigen. Klagt der Mann über zu große Ausgaben, so wird er anhand des Haushaltungsbuches Aufschluß über den Verbleib des Geldes erhalten und feststellen können, daß auch die kleinen Posten sich zu größeren summieren.

Der Haushalt ist ein aus vielen Kleinigkeiten zusammengefügtes Ganzes, für das dem Gatten oft das richtige Verständnis fehlt; das Haushaltungsbuch mit seinen vielen Eintragungen gibt ihm die beste Aufklärung. Also schreibt auf, was ausgegeben wird, zur eigenen Rechtfertigung und zur Rechtfertigung dem Gatten gegenüber. R. G-n.

Haushalt.

Um eine große Ersparnis an Feuerungsmaterial zu erzielen, ist es zweckmäßig, das Zimmer nie ganz auskühlen zu lassen. Der Ofen allein schafft unter zwei bis drei Stunden keinen behaglichen Raum, wenn vielleicht über Nacht das Zimmer stark auskühlte oder wenn in diesem, wie es manche Hausfrauen mit Vorliebe tun, nachts über die Fenster geöffnet werden, um am Tage nicht lüften zu müssen und die kostbare Wärme zu vergeuden. Das ist aber ganz falsch, da die verbrauchte Luft in wenigen Minuten bei gleichzeitigem Öffnen von Tür und Fenster durch frische Luft ergänzt wurde. Um dem Zimmer eine gleichmäßige Temperatur zu erhalten, so daß keine wesentlichen Schwankungen derselben vorkommen, heize man zweimal ein, morgens beim Reinigen des Zimmers, abends vor dem Schlafengehen. Man befreie den Rost nur vorn an der Tür vollständig von Asche, schiebe die noch vorhandene Glut zurück, lege ein paar zerkleinerte Kohlen auf und dann sofort die übrigen nach, aber achte besonders darauf, daß die ganzen Kohlen vorn auf den freien Rost lose aufgeschichtet werden. Auf diese Weise verbrennen die sich entwickelnden Kohlengase mit, die im hintern Teil des Ofens sich befindliche Asche glüht wieder mit durch und hält gleichzeitig die neu aufgelegten Kohlen zusammen, sodaß diese nur durchglühen, aber nicht durch zu großen Zug schnell verbrennen und dann auseinanderfallen. Ich heize schon seit vielen Jahren in dieser Weise sämtliche Räume ein, diese sind stets behaglich warm, sodaß ich sie jederzeit benützen kann und dennoch brauche ich nicht soviel Kohlen wie meine Bekannten, die morgens mit 25—30 Brikets anheizen und dann den Ofen sich 24 Stunden selbst überlassen. Die meisten sind der Ansicht, daß man nachts keine Wärme im Zimmer brauche und daß deshalb ein Einheizen am Abend Verschwendung sei; sie vergessen aber dabei, daß der Raum morgens während des Kaffeetrinkens und namentlich für die Kinder in den Morgenstunden äußerst unbehaglich ist und erst am Abend, wenn man zu Bett gehen will, seine größte Wärme ausstrahlt. Man unterlasse auch nie, mehrmals täglich wenige Minuten, auch bei strenger Kälte, das Zimmer durch Gegenzug schnell zu lüften, da reine frische Luft sich besser durchwärmt, als die durch menschliche Ausdünstungen und Eßgerüche verdorbene Luft. E. L.

Küche.

Kochrezepte.

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

Grüne Erbsensuppe. Zeit 2½—3 Stunden. Selbstkocher ½ Stunde Vorkochzeit. 200—250 Gr. gedörrte grüne Erbsen, 2 Liter Wasser, 20 Gr. Fett, 1 Löffel Mehl, 1 Ei, Petersilie, 2 Löffel Milch, Salz, 1 Gelbrübe. Die Erbsen werden gewaschen und über Nacht in lauwarmes (25° R.) Wasser eingeweicht, am Morgen mit dem gleichen Wasser aufs Feuer gebracht und das Suppengemüse dazu gegeben. ½ Stunde vor Essenszeit wird die Suppe durch ein Sieb getrieben, in dem Fett das Mehl gelb (nicht braun) geröstet, darunter gemengt und noch etwa 20 Minuten mitgekocht. Die Petersilie wird als Gewürz mit dem Ei und der Milch gequirlt und die Suppe darüber angerichtet. Nach Belieben können geröstete Brotwürfelchen beigegeben werden.

Marinierte Ochsenzunge. Zeit 3 Stunden. 1 mittelgroße Ochsenzunge, 1 Zwiebel, 1 Lorbeerblatt, Pfefferkörner, 60 Gr. Fett,

2 Kochlöffel Stoßbrot, 3/4 Liter Essig, Wasser. Die Zunge wird mit kochendem Essig übergossen, die Zwiebelscheiben, Lorbeerblatt, Pfefferkörner &c. beigefügt und 4—5 Tage in die Kühle gestellt. Der Essig muß immer über der Zunge stehen. Sie ist mit heißem Wasser aufzusetzen, halb weich zu kochen und abzuhäuten. Man bräunt das Stoßbrot in Fett, legt die Zunge hinein und dämpft sie mit etwas Wasser wie einen Sauerbraten fertig. Aus „Gritli in der Küche".

Vegetarische Wurst. Man quellt zwei mittelgroße Tassen Grünkern und eine Tasse Buchweizen mit 1 1/2—2 Liter Wasser langsam gar und trocken, dämpft in heißem Fett zwei zarte, fein geschnittene Zwiebeln, gibt sie, bevor sie gelblich werden, nebst Salz, Majoran, Thymian sowie zwei Eiern unter die Masse und knetet diese mit zwei Löffeln Linsenmehl gut durch. Auch zwei Löffel fein geriebene Nüsse kann man hinzufügen. Hierauf schmeckt man bezüglich der Würze ab, formt lange Stücke von der Stärke einer mitteldicken Wurst, rollt sie auf einem Brett in fein geriebenem Brot hin und her, bis sie gleichmäßig rund und glatt sind, und brät sie nun in offener Pfanne mit viel heißem Fett auf allen Seiten gleichmäßig durch. Diese Wurst hält sich vorzüglich und kann deshalb auch zu kaltem Aufschnitt benutzt werden.

Aus Briegleb „Die vegetarische Küche".

Stockfisch auf Florentiner Art. Man schneidet den Stockfisch in handbreite Stücke und dreht diese in Mehl um. Dann setzt man eine Pfanne mit reichlich Öl und 2—3 ganzen Lauchzehen aufs Feuer. Wenn der Lauch sich bräunlich zu färben beginnt, wird der Stockfisch hinzugegeben und auf beiden Seiten angebraten, indem man ihn öfters mit der Gabel hin- und herschiebt, damit er nicht am Boden der Pfanne hängen bleibt. Wenig oder gar kein Salz, aber eine gute Prise Pfeffer gehört daran. Zuletzt gießt man noch einige Löffel frischen Tomatensaft oder mit Wasser verdünnte Tomatenkonserve darüber. Man läßt den Stockfisch noch ein wenig weiter schmoren und bringt ihn dann auf den Tisch.

Aus „Nicht nur Makkaroni".

Gedörrte Kastanien. Zeit 1 1/2 Stunden. 1/2 Kilo Kastanien, 30 Gr. Butter, 1/2 Liter Fleischbrühe, 1—2 Löffel Milch oder Rahm, Salz. Die abends eingeweichten Kastanien werden mit Fleischbrühe zugesetzt und langsam weich gekocht, durch ein Sieb gestrichen oder fein zerstoßen (können auch durch die Fleischhackmaschine gelassen werden), in die Pfanne zurückgegeben und mit der Butter und der Milch gemischt. Man kann die Kastanien auch ganz lassen und sie nur in der Butter einigemal schwenken und verdünnte Maggi-Würze zufügen.

Einfache Mayonnaise. Zeit 15 Minuten. 2 1/2 Dezil. Olivenöl, 2 frische Eigelb, 1 Kaffeelöffel Senf, feines Salz, 1 Deziliter Weinessig. Man rührt in einer Schüssel mit rundem Boden die Eigelb und den Senf mit einem kleinen Schneebesen mit der rechten Hand, gießt mit der linken beständig, aber langsam in dünnem Faden das Öl zu, ohne mit dem Rühren innezuhalten. Ist die Hälfte des Öls beigegeben, fügt man das Salz und einen Kaffeelöffel Essig zu. Dann fährt man weiter mit Rühren und Öl nachgießen und gibt zuletzt den Essig zu. Die Mayonnaise muß dicklich geworden sein. Man bewahrt sie an einem mäßig warmen Orte auf. Diese Art der Zubereitung der Mayonnaise ist ebenso einfach als vorzüglich. Sie kann so nie mißlingen, wenn Eigelb und Olivenöl von tadelloser Qualität sind.

Aus „Gritli in der Küche".

Schokoladencreme mit Maisgrieß. Eine kleine Tasse Maisgrieß läßt man in 1 Liter kochender Milch mit 3 Eßlöffeln Zucker gar werden (am besten in der Kochkiste) oder kocht ihn auf dem Herd ganz weich. Unterdessen hat man in 1 1/2 Liter Milch 125 Gr. gute Schokolade aufgelöst, mischt diese mit dem Maisgrieß und drei Eigelben tüchtig, gibt den Schnee der drei Eiweiße darunter, schlägt alles bis zum Erkalten, füllt es in eine Glasschale und legt Bällchen von Schlagrahm obenauf.

Aus Briegleb „Die vegetarische Küche".

Käsekuchen. Aus gewöhnlichem Brotteig, den man mit etwas frischer Butter durchknetet hat, treibt man einen runden Kuchen aus und läßt ihn aufgehen. 150—180 Gr. feingehacken oder geriebenen fetten Käse vermischt man mit 1/2 Liter Rahm oder Milch und drei bis vier Eiern und übergießt den Kuchen damit, oder belegt ihn mit dem feingehackten Käse und gießt den mit den Eiern zerquirlten Rahm darüber, streut Salz und nach Belieben Kümmel darauf und bäckt ihn eine halbe Stunde.

Krankenpflege.

Um das **Wundliegen** zu vermeiden, muß der Kranke angehalten werden, nicht immer auf derselben Stelle zu liegen, sondern sich öfter auf die Seite zu drehen. Die gefährdeten Hautgegenden (Fersen, Kreuzbein, Schulterblätter, Hüftgegend) werden täglich mehrmals mit Kampferspiritus, Franzbranntwein oder Essigwasser (ein Teil Essig auf zwei Teile Wasser) eingerieben.

Unter das Kreuz legt man, wenn möglich, einen Luftkranz oder noch besser ein Wasserkissen, welches in ein Leinentuch eingewickelt wird, weil das Gummi zu sehr hitzt; letzteres

darf nur soweit gefüllt sein, daß die aufgelegte Hand nicht bis zur entgegengesetzten Wand durchdrücken kann, also eine dünne Schicht Wasser zwischen beiden Gummiflächen sich befindet. Von jedem Durchliegen ist der Arzt zu benachrichtigen, der nach Besichtigung der Stelle seine Verordnungen geben wird.

Hat sich die Haut gerötet, werden die Einreibungen fortgesetzt; ist aber schon eine wunde Stelle entstanden, so wird diese sorgfältig gewaschen und mit einem Stück Zinkoxyd- oder Ichthyolpflastermull bedeckt oder regelrecht mit einer geeigneten Salbe verbunden.

Beim brandigen Durchliegen ist die Behandlung zuerst dieselbe, später wird man die Abstoßung der abgestorbenen Haut durch feuchte Umschläge mit Kampferwein oder essigsaurer Tonerde befördern. Liegt die Geschwürsfläche zutage, so wird sie nach den gewöhnlichen chirurgischen Grundsätzen der Verordnung des Arztes gemäß verbunden. Dieser muß auch etwaige Abszesse mit dem Messer eröffnen.

Dr. K. W.

Kinderpflege und -Erziehung.

Das Schlittschuhlaufen ist ein Sport, der mehr als jeder andere in günstigster Weise auf den kindlichen Körper einwirkt und ihn stählt und kräftigt. Wenn Kinder gut und sicher Schlittschuhlaufen lernen sollen, dann muß vor allem ihrem Schuhzeug größte Aufmerksamkeit zugewandt werden. Es genügt nicht, daß sie die Hauptbedingung erfüllen und nur hohe Schuhe dazu tragen, sondern diese selbst müssen auch so beschaffen sein, daß sie den lernenden Kindern bei ihren Übungen den so notwendigen und unerläßlichen Halt bieten. Deshalb sind auch Knopfstiefel vollständig ungeeignet, da sie sich schon meist nach kurzem Gebrauch derart weiten, daß sie dem Knöchel Spielraum gewähren und damit den Fuß seiner Stütze berauben. Beim Schlittschuhlauf sollten nur enganliegende Schnürschuhe mit festen, dauerhaften Bändern getragen werden. Die Absätze müssen flach und ziemlich breit sein, damit die Dornen der Schlittschuhe auch seitlich hineindringen können. Auch die Sohlen müssen stark sein, wenn es nicht möglich ist, Schuhe mit Doppelsohlen zum Schlittschuhlaufen zu tragen. Im fernern darf nicht der oft beachtete Fehler gemacht werden, dem übenden Kinde zu große Eisen anzulegen, eine Taktik, die meist durch Sparsamkeitsgründe diktiert wird, denn oft genug sind sie allein daran schuld, daß es nie die gewünschte Sicherheit auf ihnen findet und den gesunden Sport deshalb bald wieder aufgibt. Dagegen sollte jeder Neuling auf dem Eise sich nur solcher Eisen bedienen, die auf ihrer Lauffläche mit einer tiefen Rille versehen sind, wodurch sein Sicherheitsgefühl auf der glatten Fläche erhöht wird und zu gleichem Zwecke auch das Eisen noch durch Riemen, über den Spann geschnallt, am Fuße befestigen. Welche Schlittschuhmarken man wählt, bleibt dem Geschmack des einzelnen überlassen, resp. seinem Geldbeutel, nur trage man stets dafür Sorge, daß sie nach Gebrauch gut abtrocknen und die Scharniere und Schrauben-Gewinde leicht geölt werden, damit sie nicht rosten und deshalb den Dienst versagen.

Gartenbau und Blumenkultur.

Die Maiblumenzucht im Zimmer beschreibt die „Schweiz. Obst- und Gartenbauzeitung“ wie folgt:

Es ist durchaus nicht so schwer, wie man glaubt, Maiblumen im Zimmer anzutreiben. Hauptbedingung dabei sind gute, kräftige Triebkeime, die gut bewurzelt sind. Diese Keime pflanzt man in Töpfe oder Kästchen mit gutem Wasserabzug in Sand oder sandige, auch moorige Erde. In Sanderde faulen die Wurzeln am wenigsten. In einem mittelgroßen Topf werden etwa 4—6 Pflanzkeime derart fest eingesetzt, daß nur die Keimspitzen noch aus der Erde hervorragen. Hierauf umgibt man die Keime und ihre Umgebung mit Moos und gießt sie mäßig an, worauf man sie an einen warmen Ort, etwa auf oder hinter den Ofen stellt, wo die Keime stets gleichmäßig feucht gehalten werden. Fangen sie an sich zu öffnen, dann müssen sie wärmer gestellt werden, statt wie früher auf 18, jetzt auf 22 bis 28° R. Sobald die Blüten sichtbar werden, nimmt man den Topf vom Ofen weg und stellt ihn kühler, z. B. ans Fenster des Wohnzimmers.

Man kann auch die blühenden Maiblumen aus den Töpfen samt dem Ballen in Blumenvasen oder -Körbchen setzen; in solchen kommen sie viel schöner zur Geltung, besonders wenn noch kleine Farnkräuter dazwischen gesetzt werden, nur verblühen sie in solchen Gefäßen rascher als in Töpfen. Je nachdem man die Maiblumen früher oder später blühend haben will, setzt man sie von anfangs Dezember bis Ende Februar zum Antreiben an die Wärme. Im Winter dauert diese Treiberei 3—4 Wochen, gegen das Frühjahr zu nur noch 14 Tage und im Sommer brauchen sie gar keine künstliche Wärme zum Blühen mehr. Die im Winter künstlich zum Blühen getriebenen Maiblumen bringen nur Blüten, die im Frühling und Sommer blühenden dagegen Blüten und Blätter hervor. Die ruhenden Keime der Maiblumen, die man nichtblühend haben will, müssen sehr kühl, wenn möglich zwischen Eis aufbewahrt werden, damit sie nicht vorzeitig austreiben.

Frage-Ecke.

Antworten.

100. Zur Herstellung des **Fußsackes** würde ich Ihnen raten, nach Karton, Holzwolle, **Watte** oder Schafwolle, die als Reste irgendwo in einer Dachkammer ein „stilles Dasein fristen", zu suchen. Aus dickem Karton schneiden Sie die Unterlage (Bodenseite) so groß, wie Sie den Fußsack wünschen, überziehen sie mit altem Matratzenstoff, dann schneiden Sie aus gleichem Stoff oder anderm ältern Stoff zwei gleich große Teile, nähen sie mit der Nähmaschine bis auf eine Öffnung zusammen, stopfen sie mit der Holzwolle gut, schließen die Öffnung und stecken das Polster, wie bei Matratzen, mit einzelnen Stichen ab. Dies ist die Unterseite des Sackes und man tut gut, sie mit großen Stichen am Kartonteil zu befestigen. Den obern Teil probiert man mit Papier, um die richtige Form und Größe zu bekommen, macht dafür auch ein Polster, das mit Watte, Schafwolle oder etwas anderem gefüllt wird und überzieht es mit farbigem Möbelstoff. Nun fügt man Ober- und Unterteil zusammen, faßt die Nähte &c. mit bunter Rundschnur oder Tresse ein und bekommt so einen brauchbaren Fußsack ohne große Unkosten. Man freut sich, so zwecklos herumliegende Reste brauchbar zu machen und seiner Phantasie und seinem Geschmack etwas Spielraum bei der Herstellung zu bieten. Resa.

101. Das **Gebäck**, das Sie zubereiten möchten, ist hierzulande nicht bekannt. Sie werden aber in den vielen guten Schweizer Kochbüchern, die wir besitzen, gewiß etwas finden, das den „Schischgi" ähnlich ist.
Hausmütterchen.

102. Lesen Sie im „Gritli", was dort über das **Braten** von Fleisch gesagt wird und Sie werden hinter das Geheimnis saftiger Braten kommen und entdecken, wo Sie fehlten. Hausfrau.

103. **Fensterscheiben** reibt man mit in Spiritus getauchtem Tuche ab, das Verfahren ist aber kein besonders billiges. Hausfrau.

104. **Wollwäsche**, resp. das Waschen von wollenen Socken und Strümpfen besorge ich mit Lux (Sunlightseife-Fabrikat); das Verfahren ist auf den kleinen Paketen angegeben. Der Seifenlauge und dem Spülwasser füge ich meist 1 Eßlöffel Salmiak noch bei. Es wird aber ein großer Fehler gemacht, indem man gestrickte Socken und Strümpfe gleich trägt, statt sie als neu in gut handwarmes Wasser, dem 1—2 Löffel Salmiak beigegeben ist, einige Minuten einzulegen, auszudrücken und zu trocknen So behandelte Socken und Strümpfe verfilzen viel weniger schnell. Locker und zügig gestrickte Sachen bleiben auch weicher, als feste.
Eine, die aus reicher Erfahrung heraus den Rat gibt.

105. An dem Gelbwerden der **Wäsche** ist wohl zum großen Teil die Art, wie diese besorgt wird, schuld. Schon seit einigen Jahren benutzte ich nur noch Schmierseife für die Küchenwäsche, wähle zum Kochen etwas Persil und weiße Seife und habe noch nach Jahresfrist weiße Wäsche. Aufbewahrung in nicht ganz trockenem Raume verursacht auch Gelbwerden, aber Ihr Verfahren dünkt mich auch nicht gut. G.

105. Die Ursache des **Gelbwerdens** Ihrer Wäsche liegt wahrscheinlich darin, daß Sie diese samt dem Schmutz sieden. — Probieren Sie einmal mein Verfahren! Ich lege die Wäsche, je nach der Jahreszeit in kaltes oder warmes Wasser ein, seife sie gut und rolle sie zusammen. In 1—2 Tagen wickle ich die Wäsche auf, schütte ganz heißes Sodawasser dazu und lasse alles kurze Zeit gedeckt ruhen. Dann beginnt man mit Waschen. Hernach siede ich die Wäsche mit Zugabe von ganz weißer Seife. Das nachherige Nachwaschen ist nunmehr nur noch ein Nachschauen. In warmem und hernach kaltem Wasser gespült und getrocknet, wird diese Wäsche nach und nach wieder vollständig weiß werden.
Hausmutter am See.

106. Es gibt heutzutage so mancherlei **Kaffeemischungen**, die ihrer Zusammenstellung nach nicht jeden Gaumen in gleicher Weise befriedigen können. Sie werden also am besten tun, den Kaffee, den Sie einzuführen gedenken, selbst zu erproben. Es handelt sich ja nicht um eine große Summe!
Eine, die gern guten Kaffee trinkt.

Fragen.

1. Kann mir jemand aus dem Leserkreise ein erprobtes Mittel zur Vertreibung von sogenannten „**Schandläusen**" angeben? Für gütigen Rat wäre sehr dankbar
Abonnentin vom Lande.

2. Kann mir jemand ein genaues Rezept zur Bereitung von **Mayonnaise** angeben? Ich weiß nicht, ob es an der richtigen Mischung oder an der Zubereitungsart liegt, daß sie mir nicht nach Wunsch gerät.
Abonnentin vom Lande.

3. Könnte mir eine Abonnentin aus Erfahrung mitteilen, wie man angeschnittene **Zitronen**, oder deren Saft längere Zeit vor Schimmel bewahren kann? Leserin.

4. Kann mir eine werte Leserin das Rezept des feinen Konfekts „Marquise" angeben? Z.

5. Wie sind die in Salz eingemachten Bohnen zu kochen? Meiner Erfahrung nach bleiben sie leicht hart. Soll man beim Weichwerden Natron beifügen? Hedwig.