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

Band: 23 (1916)

Heft: 11

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. 11. XXIII. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern Zürich, 20. Mai 1916.

Nicht Glückes bar sind deine Lenze,
Du forderst nur des Glücks zu viel;
Gib deinem Wunsche Maß und Grenze,
Und dir entgegen kommt das Ziel.

Fontane.

Treibt Tomatenkultur!

(Nachdruck verboten.)

Die Tomatenkultur ist zweifellos eine der gewinnbringendsten. Wenn ihr bisher nicht genügende Beachtung geschenkt worden ist, so liegt das an der außergewöhnlichen Empfindlichkeit der Pflanzen. Gerade in der jetzigen Zeit möchte ich aber einem vermehrten Anbau das Wort reden. Wer die nachfolgenden Hinweise beachtet, wird auch als Anfänger keine Enttäuschungen, sondern Freude und Erfolg erleben. Auch im kleinsten Garten wird für die Verwendung einiger Tomatenpflanzen Platz sein. Deshalb sollte auch der Klein- und Schrebergärtner der Anregung zum Anbau Folge leisten. Wer bisher aber bereits Tomaten angebaut hatte, wird sicher auch in diesem Jahre das gleiche tun, ja, ich glaube sagen zu können, er wird seinen Bestand an Tomatenpflanzen vergrößern.

Die meisten Gartenbesitzer werden sich vom Gärtner fertige Setzlinge besorgen. Wer jedoch seine Pflanzen selbst heranziehen will, muß bereits Mitte März bei annehmbarer Witterung die Aussaat vornehmen. Der Samen wird in einem warmen Kasten breitwürfig ausgesät und gut mit Erde bedeckt. Nach kurzer Zeit werden die Sämlinge so weit entwickelt sein, daß ein Lüften notwendig ist, damit diese nicht zu lang werden. Kräftige und gedrungen gewachsene Pflanzen sind für die Kultur die besten. Das Lüften darf nur bei mildem Wetter vorgenommen werden, da Tomaten gegen kalte Winde sehr empfindlich sind. Sind dann die Pflanzen etwa 3 Cm. groß, wird das Verstopfen der Sämlinge möglichst in einem frisch gepackten Kasten in einer Entfernung von 15—20 Cm. vorgenommen. Dies Verstopfen kann später wiederholt werden, und zwar alle 14 Tage. Die Tomaten vertragen das Verpflanzen recht gut. Wer keinen Kasten zur Verfügung hat, kann die Anzucht auch im Zimmer vornehmen. Von Mitte Mai werden die Pflanzen an die Luft gewöhnt. Auspflanzen ins freie Land geschieht gegen Ausgang Mai. Bis dahin sind die Pflanzen etwa 40—50 Cm. hoch geworden, haben einen dicken Strunk und guten Erdballen, der dann beim Setzen an Ort und Stelle sorgsam zu schonen ist. Die Tomaten werden so behandelt das Umsetzen nicht übelnehmen, sondern nach 2 bis 3 Tagen freudig weitergedeihen.

Feuchte, schwere Böden sind für erfolgreiche Tomatenkultur ungeeignet. Ein gut vorbereiteter, trockener und geschützt liegender Boden sagt ihnen am meisten zu. Man bepflanze in erster Linie alle niederen Bretter- und Mauerwände, sonnige Beete vor Mauern und ähnliche Stellen. Auch

Gurkenbeete lassen sich durch Tomatenzwischenpflanzung ausnutzen, wenn weite Pflanzung der Gurken inne gehalten wird.

Die Ansicht, daß Tomaten für reichliche Düngung empfänglich seien, halte ich für irrig. Man hüte sich, Tomaten in frisch gedüngtes Land zu bringen. Hingegen ist wichtig, den Boden im Winter mit Kalk zu düngen. Eine starke Mistdüngung würde wohl ein üppiges Wachstum begünstigen, aber auf Kosten des Blütenansatzes, und das ist doch die Hauptsache. Sind die Pflanzen erst einmal ins Blühen gekommen, so ist der rechte Augenblick zum Düngen gekommen. Ein nährstoffreicher Boden sei die Unterlage für Tomatenkultur. Wir werden deshalb beim Pflanzen in die Pflanzgrube gut verrottete Mistbeet- oder Komposterde bringen. Vom Beginn der Blüte können wir den Pflanzen wöchentlich zweimal Dunggüsse von Jauche oder Nährsalz verabreichen. Wer künstliche Düngerstoffe verwenden will, nehme für 100 Quadratmeter 4 Kilo schwefelsaures Ammoniak, 1,5 Kilo 18%iges Superphosphat und 3 Kilo 40%iges Kalisalz.

Die Pfähle für die Tomaten setze man am besten vorher. Wer mehrere Reihen nebeneinander zu setzen vorhat, gebe der hintersten Reihe die längsten Stöcke (bis 150 Cm. lang) und dann abfallende, kürzere. Der Abstand von Pflanze zu Pflanze sei 60—80 Cm., der der Wege 60 Cm. In dieser Weise die Reihen angelegt, ist die Verbandpflanzung anzuraten.

Beim Auspflanzen der Tomaten werden die Setzlinge gut angedrückt und tüchtig angegossen. Haben sich die Pflanzen dann erholt, beginnen wir mit dem Anbinden. Die in den Blattwinkeln erscheinenden Triebe werden alle 14 Tage ausgeschnitten. Den Haupttrieb jedoch lassen wir stehen und nehmen ihm den Kopf erst, wenn er über die Länge der Pfähle hinausgewachsen ist. Die Spitze gleich ganz wegzunehmen, ist nicht ratsam, damit keine Saftstockung eintritt. Der unverzweigte Stamm wird sich dann in seiner ganzen Länge mit Früchten bekleiden. Wer die Pflanzen niedrig halten will oder muß, kann etwas weiter pflanzen und an jeder Pflanze zwei oder drei Haupttriebe in gleicher Weise ziehen. Ein zu frühes Entfernen der Blätter vermeide man, dagegen kann dies im Spätsommer geschehen, wenn die Sonne nicht mehr so stark wirkt. Die im Freien nicht mehr reifenden Früchte schneidet man vor Frosteintritt ab und läßt sie in einem warmen, luftigen Raume nachreifen.

Im rauheren Klima kann man die Tomaten auch im Sommer über in 25—30 Centimeter großen Töpfen kultivieren und sie mit diesen im Spätsommer zur besseren Reife im Gewächshause oder einer sonnigen Veranda aufstellen. Die Verwendung der reifen Tomaten in Küche und Haushalt ist so vielseitig, daß hier eine Besprechung zu weit führen würde.

Die frühreifenden Sorten verdienen bei der Kultur den Vorzug. Sehr früh ist Johannisfeuer. Eine widerstandsfähige Sorte für kälteres Klima ist Dänische Export. Sehr gerühmt wird Lukullus, für Topfkultur besonders Stone. Bekannt sind ferner noch König Humbert und Alice Roosevelt. K. D.

Belegte Brötchen.

Von Ida Spühler.

(Nachdruck verboten.)

Unter belegten Brötchen versteht man gewöhnlich Schinkenbrötchen oder Butterbrot mit gehacktem Fleisch, welches mit Grünem vermischt wird. Nun lassen sich aber auch ohne Fleisch recht gute Brötchen herstellen, die als Abendessen zu Milch, Kaffee, Thee, Kaltschalen und besonders zu einer guten Suppe eine beliebte und nahrhafte Speise bilden. Die Brotschnitten werden gewöhnlich zuerst mit Butter bestrichen und dann wird je nach der Jahreszeit eine Streichmasse zubereitet aus Grünem, Rettich, Spinat, Kresse, Lattich, Gurken, Tomaten &c. Bei den jetzigen hohen Butterpreisen kann man für diese Brötchen Mehlbutter verwenden, die nicht weniger nahr-

haft ist. Diese wird folgendermaßen hergestellt:

Mehlbutter. 50 Gr. Vollmehl, 100 Gr. frische Butter, 200 Gr. gute, rohe Milch. Die Butter wird auf kleinem Feuer geschmolzen, das Mehl dazugerührt und einige Minuten durchgekocht, doch darf sie nicht gelb werden. Dann gießt man unter stetigem Rühren die Milch dazu, rührt weiter, bis alles gut heiß ist, jedoch nicht kocht. Dann nimmt man sie vom Feuer und rührt noch weiter bis zum Auskühlen. Mit der Milch kann man auch eine Messerspitze Salz und ebensoviel Zucker beirühren. Wird aus Versehen die Masse so lange über dem Feuer gerührt, bis die Milch kocht, so scheidet sich die Butter aus und kann nur durch kräftiges Rühren bis zum Erkalten wieder hineingearbeitet werden. Die Mehlbutter wird in einer Butterdose kühl und verschlossen aufbewahrt und bei Tisch wie frische Butter verwendet. Sie ist billig, ausgiebig und besonders zu empfehlen, wenn folgende Streichmassen dazu gegeben werden:

Rettichbrötchen. 100 Gr. fein geriebener Rettich, ein wenig Salz, 2 Löffel Zitronensaft oder Essig, 4 Löffel dicken Rahm. Dies wird zusammengerührt und auf Butterbrot gestrichen.

Meerrettichbrötchen. Gleiche Zubereitung, doch soll man nur die Hälfte Meerrettich verwenden oder 50 Gr. Meerrettich und 50 Gr. Gelbrüben.

Spinatbrötchen. 100 Gr. Spinat, 50 Gr. Olivenöl oder Ambrosia, wenig Salz, 1/4 Zwiebel, ganz wenig Knoblauch, 1 Löffel Zitronensaft. Der saubere, rohe Spinat wird sehr fein gewiegt, mit Salz, geriebener Zwiebel und Knoblauch, Öl und Zitronensaft vermischt und auf Schwarzbrotschnitten gestrichen.

Kressebrötchen. Feine Gartenkresse oder Brunnenkresse wird sauber gewaschen serviert und mit wenig Salz oder geriebenem Käse bestreut, zwischen Butterbrot gelegt. Man kann auch ein wenig geriebenen Meerrettig dazwischen streuen.

Lattichbrötchen. Die zarten Lattichblätter werden fein geschnitten, mit Olivenöl oder Ambrosia und wenig Salz und Zitronensaft vermischt auf Butterbrot gelegt.

Selleriebrötchen. Die feingewiegten Selleriebläter werden mit einwenig Salz, einigen Löffeln Rahm und Zitronensaft gemischt und auf Butterbrot gestrichen. Von Bleichsellerie können die gelben, zarten Stengel verwendet werden.

Käsebrötchen. Fetter Käse wird fein gerieben, mit dickem Rahm oder gerührter Butter (auch Mehlbutter) vermischt und auf Brot gestrichen. Auch geriebener Magerkäse, mit Olivenöl oder Ambrosia vermischt, gibt eine gute Streichmasse.

Ziegerbrötchen. Glarnerzieger (Kräuterkäse) wird gerieben, mit Butter oder Öl vermischt und auf Brot gestrichen. (Auf 50 Gr. Zieger 75 Gr. Butter).

Für Kinder sind die süßen Brötchen, mit den verschiedenen Konfitüren und Marmeladen bestrichen, sehr beliebt. Es kann auch dickes Apfelmus, vermischt mit feingemahlenen Nüssen, verwendet werden.

Übrigens macht das Nüsseknacken den Kindern selber Freude; Nüsse und Äpfel zu Brot sind immer eine willkommene Zugabe.

Warenkunde.

(Nachdruck verboten.)

Wer einen Handwerker beschäftigt, dessen Können sich als minderwertig oder ungenügend erweist, entläßt ihn oder man zieht den Auftrag zurück. Wird für die schon geleistete Arbeit Rechnung gestellt, so wird in vier von sechs Fällen deswegen gemarktet, da der Preis, im Vergleich zu der Qualität der Leistung, in keinem Verhältnis stehe. Man fühlt sich, als Besteller, zu solchem Vorgehen im vollsten Rechte.

Nun gehen das Jahr hindurch ganz bedeutende Geldsummen durch die Hand der Frau; sie macht Einkäufe, Anschaffungen und Bestellungen. Würde vom Manne der gleiche Maßstab an die Leistungen der Frau wie an jene des Handwerkers gestellt, so würde sich auch da

Grund zu viel Unzufriedenheit zeigen, denn das Resultat ist oft wenig erfreulich; es fehlt vielen Frauen an Pflichtbewußtsein, sowie an Warenkenntnissen. Das viele Geld wird zu Anschaffungen verwendet, die den Anforderungen an ihre Zweckmässigkeit nur halb genügen. Wegleitend bei Einkäufen aller Art sind: Billigkeit und — Deckung des Bedarfs durch Ausverkäufe.

Meist zeigt es sich, daß die Frauen sehr gut verstehen, das Geld auszugeben, aber viel zu wenig wissen, was sie kaufen; es fehlt ihnen, wie gesagt, an der nötigen Warenkenntnis. Diese fällt der angehenden Hausfrau nicht als „Hochzeitsgabe" zu, sondern sie muß, wie andere Kenntnisse, erworben werden. Es werden deshalb auch viele gute Geschäfte gemacht, nicht zum Vorteil des Bestellers oder der Käuferin, wohl aber zum Vorteil des Lieferanten!

Es liegt im Interesse der Töchter und Frauen, sich die fehlenden Warenkenntnisse anzueignen, um für das Geld, das durch ihre Hände geht, nur Gutes, Preiswertes und Zweckmäßiges zu erwerben. Es ist z. B. nicht klug gehandelt, Lebensmittel in Geschäften zu beziehen, nur weil es dort Prozente gibt und die Ware 3—5 Cts. billiger ist als in andern Kaufläden. Erst wenn es sich herausstellt, daß die Ware qualitativ gleichwertig ist, können wir sie mit gutem Gewissen bevorzugen. Manches Büchlein würde weniger hohe Summen aufweisen, wenn die Warenkenntnisse der Frau besser wären, manches Geschäft müßte auch mehr Rücksicht auf diese Kenntnisse nehmen und könnte somit weniger hohe Prozente geben. So gehts beim Stoffeinkauf, beim Einkauf von Modewaren und Gebrauchsartikeln für Haus und Küche u. a. m.

Mancher Geschäftsinhaber würde sich auch hüten, für minderwertige Ware Reklame zu machen, wenn er gute Warenkenntnisse bei den Frauen voraussetzen könnte. Es brauchten weder gemeinnützige noch patriotische Vereine für Bevorzugung von Schweizererzeugnissen Propaganda zu machen, wenn die Warenkenntnis der Frauen gründlicher wäre. Bekanntlich können die meisten Schweizerartikel die Konkurrenz nur deshalb aushalten, weil sie Qualitätsware sind. Dadurch ist der etwas höhere Preis gerechtfertigt; man erhält Solideres, Besseres für sein Geld.

Die Warenkenntnis hat guten Einfluß auf die Ansprüche der Konsumenten; sie wissen, daß gute, solide Erzeugnisse besseres Rohmaterial bedingen und daß sich darnach auch der Preis richtet. Sie wissen, daß Waren von großer Haltbarkeit und guter Wirkung eine exakte Arbeit verlangen, die Ansprüche an Zeit und Kenntnisse stellt, also auch höhere Löhnung erfordert. Es würde sich viel weniger minderwertige Ware auf dem Weltmarkte breit machen, wenn der Konsument und Besteller Warenkenntnis besäße.

Die Jetztzeit fordert diese in erhöhtem Maße, damit für das teure Geld gute und preiswerte Verbrauchsware eingetauscht wird. Jede Frau gehe darauf aus, die ihr noch mangelnde Warenkenntnis zu erwerben, die sie dazu befähigt, das viele Geld, das durch ihre Hände geht, zweckmäßig zu verwenden. R. G-n.

Haushalt.

Um Waschkleider mit farbigem Untergrund, die selbst bei größter Schonung in der Wäsche verblassen, jedesmal wieder aufzufrischen, spüle man sie mit gefärbtem Wasser. So verwende man für zartblaue Kleider Azurblau, für rosa oder lachsfarbige Stoffe Zinnober und für creme oder gelbliche Kleider Ocker oder Schüttgelb. In ein Leinenläppchen gebunden und wie Waschblau eingeweicht und je nach Bedarf ausgeschwenkt, erzielt man leicht den gewünschten Farbton. Nehmen einige Stoffe diesen nicht sofort an, so setzt man dem Farbwasser eine Hand voll Salz oder eine Tasse Essig zu.

Gras-, Obst- und Rotweinflecken bringt man am sichersten und unschädlichsten weg durch ausreiben in Spiritus oder Weinstein. Der Fleck darf vorher nicht mit Wasser in Berührung kommen. Bleibt noch ein grauer Schatten, so geht er in der gewöhnlichen Wäsche aus. Auch lassen sich Obst- und Weinflecken aus Kleidern am leichtesten durch Einweichen

und Ausreiben mit lauer Milch entfernen; die Milch muß aber rein sein, ohne Zusatz von Wasser.

Obstflecken gehen auch leicht aus, wenn man den Fleck gut mit Wasser anfeuchtet und unter dem Flecken ein brennendes Schwefelholz (Küchenstreichholz), oder besser ein Stück Schwefelspahn hin und her bewegt, wonach der Fleck sofort verschwindet.

Ein anderes Verfahren besteht darin, die Obst- und Rotweinflecken mit Javellewasser auszuwaschen; sie dürfen aber damit höchstens 5 Minuten behandelt werden; hier empfiehlt sich das Nachwaschen mit Salmiakwasser, um das Chlor — aus dem das Javellewasser besteht — gut aus den Stoffen zu entfernen.

Reinigung von Strohhüten. Gelbe und weiße Strohhüte werden gut ausgebürstet und mit einer schönen, saftigen Zitrone vollständig abgerieben, dann feucht mit feinem Schwefel dick bestreut und, sobald sie trocken sind, mit einer reinen Bürste tüchtig gebürstet. Sie werden wieder wie neu.

Ein anderes Verfahren ist: Man wäscht sie in lauem Wasser, in dem man etwas Kernseife aufgelöst hat, und zieht sie dann durch eine Mischung von 2 Liter Wasser und 3 Gr. unterschwefelsaurem Natron. Dann gibt man noch 3 Gr. Salzsäure dazu, ohne damit den Hut direkt zu treffen, nimmt diesen, sobald er sauber scheint, heraus, zieht ihn durch reines Wasser und bügelt ihn, noch feucht, trocken.

Küche.

Kochrezepte.

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

Maisgrießsuppe. Zu dieser Suppe bereitet man sich eine Wurzelbrühe. Verschiedenes Wurzelwerk wird geputzt, klein geschnitten und in Wasser weich gekocht, dann das Wasser abgegossen und die Brühe nachher schwach eingebrannt. Wenn sie kocht, schüttet man unter beständigem Quirlen den Maisgrieß hinein und läßt noch eine Weile kochen. Nach dem Anrichten kann mit Vorteil ein Güßchen Maggi-Würze beigefügt werden. Auf 1¼ Liter Suppe benötigt man 95 Gr. Maisgrieß.

Pikanter Kalbsbraten. Zeit 1½ Stunden. 1 Kilo Kalbfleisch aus der Keule (Obere Spälte), 125 Gr. Sardellen, 60 Gr. Butter oder Fett, 4 Löffel saurer Rahm, der Saft von 2 Zitronen, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Fleischextrakt. In das gut geklopfte Fleisch macht man auf einer Seite 8 Cm. lange Einschnitte, legt in jeden derselben eine entgrätete halbe Sardelle, gibt etwas geriebene Zwiebel dazu, träufelt Zitronensaft darauf und zerpflückt die Hälfte der Butter darauf. Dann wird das Fleisch gut gebunden und in die steigende Butter gelegt, gleich der Rahm, Fleischextrakt (ca. 10 Gr. Liebigs oder 30 Gr. selbstfabrizierte Glace) und der Rest des Zitronensaftes dazu gebracht und zugedeckt ¾ Stunden gedünstet, indem es einigemal gewendet wird. Dann abdecken und erst jetzt im Safte bräunen lassen. Mit heißem Wasser oder Fleischbrühe lospinseln und dadurch die Sauce verlängern.

Aus „Gritli in der Küche".

Kuhmaul. Das Kuhmaul wird gut gereinigt, dann wie Rindfleisch mit Suppengemüse, aber 6—8 Stunden, gesotten (man benütze den Selbstkocher oder die Kochkiste) bis es schön weich ist, hierauf in Stücke geschnitten und folgende Sauce dazu bereitet: Es wird Fett heiß gemacht, 2 Löffel Mehl darin schön gelb geröstet, Fleischbrühe oder Wasser dazu gegossen, mit Pfeffer und Muskatnuß gewürzt, nach Belieben ein wenig Essig beigegeben und das Fleisch in der Sauce noch einige Minuten gekocht.

Aus „Was koche ich morgen?"

Grüne Kartoffeln. Eignen sich gut zu Rindfleisch und allem Fleisch, das wenig Sauce hat, nebst frischem abgekochtem Gemüse. Man schält rohe Kartoffeln, schneidet sie in Würfel von gut 1 Cm. Größe oder in beliebige Form und hält sie in frischem Wasser bereit. Dann wiegt man Zwiebelröhrchen oder Schnittlauch, Petersilie, eine Hand voll Spinatblätter und — wenn man hat — etwas Majoran dazu, recht fein. Nun gibt man Fett in die Pfanne und einen Eßlöffel Mehl und dreht es einigemale auf gelindem Feuer; dann gibt man auch das Grüne dazu und läßt es unter Umrühren noch etwas dämpfen. Darnach schüttet man langsam Fleischbrühe oder Wasser zu, läßt unter Rühren aufkochen, salzt und gibt die Kartoffeln bei; sie sollen ¾ Höhe in der grünen Flüssigkeit liegen. Sie müssen, während sie mäßig weich kochen, mehrmals aufgerührt werden.

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

Käsesalat. 150 Gr. Käse, fein geschnittener Schnittlauch, Salz, Pfeffer, 2 Löffel Essig, 2 Löffel Öl, 1 rohes Ei. Der Käse wird in ganz feine Scheibchen geschnitten. Aus dem Ei, Salz, Pfeffer, Essig und Öl rührt man mit einem Schneebesen eine schaumige Sauce und vermischt sie mit dem Käse und dem Schnittlauch. Man läßt den Salat vor dem Servieren etwas stehen.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt", von M. u. L. Barth.

Gebräunter Kopf. 100 Gr. Reismehl, 50 Gr. Mondamin, 20 Gr. Butter, 1½ Liter Milch, 150 Gr. Zucker, 1 Messerspitze Salz. 1 Liter Milch, Salz, 100 Gr. Zucker und

Butter werden auf dem Feuer zum Sieden gebracht. Dann rührt man das mit 1/2 Liter Milch glatt gequirlte Mehl hinein und läßt es unter stetigem Rühren 20 Minuten kochen. Der übrige Zucker wird in einem Eisen- oder Messingpfännchen gelb geröstet und sofort in eine mit heißer Milch ausgespülte Form gegeben. In diese füllt man den steifen Brei und stürzt den Kopf, wenn er erkaltet ist. Will man den Brei in 6 Tassenköpfe füllen, so röstet man etwa 100 Gr. Zucker. Statt mit geröstetem Zucker, kann die Speise auch mit Mandelsauce serviert werden.

Spinatküchlein. 500 Gr. Spinat, 300 Gr. Mehl, 3 Eier, 2 Deziliter Milch, Salz, Backfett. Der Spinat wird gewaschen, in einer Serviette getrocknet, fein verwiegt und mit dem Mehl vermischt. Milch, Eier und Salz werden damit verrührt, worauf man den Teig ein wenig ruhen läßt. Man klopft ihn nochmals und gibt davon löffelweise in viel heißes Fett, so daß die Küchlein darin schwimmend gelb gebacken werden. Es braucht etwa 120 Gr. Fett. Man kann auch mehr Eier verwenden, wodurch die Küchlein noch schmackhafter werden. Mangoldküchlein (Kraut) werden ebenso zubereitet.

Haferbiskuit. 4 Eier, 250 Gr. Hafermehl, Salz, 100 Gr. Zucker, 2 Deziliter Milch, 10 Gr. Backpulver. Eigelb und Zucker werden schaumig gerührt, nach und nach die Milch dazu gegeben, dann Salz und das mit dem Backpulver gut vermischte, feine Hafermehl und das steif geschlagene Eiweiß hinzugefügt. Diese Masse wird in einer ausgestrichenen Form in heißem Ofen 3/4 Stunden gebacken. Man kann sie auch in kleinen Formen oder in 2 Tortenformen backen, Marmelade auf den einen Kuchen streichen, den andern darauf legen und als gefülltes Haferbiskuit servieren.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Maitrank. 1 1/2 Liter alkoholfreien Waadtländer Weißwein, 1/2 Pfund Zucker, die dünn abgeschälte Schale einer Orange, ein großer Strauß blühender Waldmeister samt Blättern und Stielen. Dieses alles lasse man in einer Schüssel 1/2 Stunde zugedeckt stehen, seihe es dann durch ein Haarsieb oder Tuch und serviere den Maitrank sogleich.

Aus „Wie kocht man ohne Alkohol?"

Gesundheitspflege.

Bienen- und Wespenstiche unschädlich zu machen. Hat man beim Genusse von Früchten oder Getränken eine Wespe oder Biene mit in den Mund bekommen und ist von dem Insekt in Mund oder Hals gestochen worden, so feuchte man einen Theelöffel voll Kochsalz gut mit Wasser an und verschlucke es langsam. Geschwulst und Schmerzen verschwinden in kurzer Zeit. Auch sollen Waschungen und, nach Entfernung des Stachels, Umschläge mit süßer Milch wirksam sein; desgleichen ist Betupfen mit Salmiakgeist vorzüglich gegen Bienenstiche.

Zur Erhaltung zarter Haut und zur Entfernung von Mitessern soll Kaiser-Borax vorzüglich wirken; bei den täglichen Abwaschungen des Gesichts, der Hände, des Halses oder des ganzen Körpers empfiehlt es sich, 2—3 Löffelchen voll Kaiser-Borax in einem Waschbecken voll Wasser zu lösen. Hierdurch wird selbst das härteste Wasser sofort weich und die Haut wird bei täglichem Gebrauch des boraxhaltigen Waschwassers frisch und weiß. Wunde und aufgesprungene Hände heilen und deren Haut wird durch die Boraxwaschungen gestärkt.

Hier sei noch aufmerksam gemacht auf Benzoëtinktur; diese dient, mit neun Teilen Wasser verdünnt, als Waschwasser zur Erhaltung einer zarten Haut und zur Entfernung von Mitessern.

Krankenpflege.

Der **Sonnenstich** (Brenner) besteht in einer entzündlichen Reizung der Haut und des Gesichtes, der Hände, der Arme oder des Nackens durch die direkten Sonnenstrahlen; die Haut wird rot, schwillt an und bietet uns das Bild einer Verbrennung leichteren Grades. Kalte Kompressen oder in Öl getauchte Leinwand, auf die durch die Entzündung sehr empfindlich gewordenen Hautstellen gelegt, verschaffen Linderung. (In den Tropen kann diese Entzündung, wenn sie sich vom Gesicht und Nacken auf das Gehirn überpflanzt, in wenigen Tagen zum Tode führen.)

Der **Hitzschlag** gibt sich kund durch heftige Kopfschmerzen, Ohrensausen, Schwindelgefühl, trockene Zunge, quälenden Durst, heiße Haut, lebhaft gerötetes Gesicht, glänzende Augen, oberflächliches, beschleunigtes Atmen, schneller, kaum fühlbarer Puls. — Man beugt solchen Zufällen vor durch Wassertrinken, durch Lockerung beengender Kleidung und frische Luft. — Beim Hitzschlag selbst verbringe man den Patienten in halbsitzende Lage an einen schattigen Ort, wende kalte Kompressen auf den hoch zu haltenden Kopf an, reiche ihm erfrischende Getränke (frisches Wasser, Essigwasser, Limonade), verhindere ihn am Schlafen, wende nötigenfalls die künstliche Atmung an und rufe den Arzt.

Nasse Einwickelungen bei Kranken werden auf folgende Weise vorgenommen:

Man breitet auf dem Bett eine wollene Decke aus und legt darüber ein Leintuch, welches in kaltes bis stubenwarmes Wasser getaucht und ausgedrückt ist. Auf dieses legt

man den Kranken und wickelt ihn vom Hals bis zu den Füßen in der Weise ein, daß man erst den einen Arm an den Körper legt, das Tuch über ihn und die Brust wegschlägt und unter den Rücken der anderen Seite einsteckt, dann den zweiten Arm anlegt und nun das Tuch von dieser Seite über den Körper in den Rücken einschlägt. Über die Füße wird das zusammengelegte Tuch in die Höhe geschlagen und nun wird der Kranke noch in die wollene Decke eingehüllt, die besonders am Halse gut anliegen muß.

Will man dadurch bei Fiebernden Abkühlung erzielen, läßt man den Patienten nur 15 bis 20 Minuten in der Einpackung liegen, wickelt ihn dann aus und trocknet ihn unter der Decke ab. Dr. W.

Kinderpflege und -Erziehung.

Über das Verhalten der Mutter während der Säugungsperiode schreibt Frau Dr. Marie Heim: „Bemühe dich, gelassene, gleichmäßige Stimmung, deren sich deine Umgebung während deiner Schwangerschaft erfreut hat, in diesen zweiten Abschnitt des mütterlichen Lebens mitzunehmen und vergiß keinen Augenblick, daß dein Kindlein von deinem körperlichen und gemütlichen Zustande ebenso abhängig ist, wie vor seiner Geburt. Pflege möglichst deinen Schlaf, denn in die Zeit der vollkommenen Ruhe fällt die reichlichste Milchbildung. Wenn irgend möglich, gönne dir am Nachmittag eine Stunde völliger Ruhe, nicht nur während der ersten Wochen, sondern während der ganzen Zeit des Stillens. Vermeide schwere Arbeit, aber sei geschäftig nach deiner Gewohnheit und halte dich mit dem Kleinen möglichst viel im Freien auf. Nähre dich reichlich mit Fleisch-, Milch-, Eier- und Mehlspeisen; starke Säuren und scharfe Gewürze vermeide vollständig; nach einigen Wochen jedoch kannst du den Versuch machen, ob Gemüse und gekochtes Obst dir erlaubt ist, d. h. ob das Kindlein keinen Schaden davonträgt. Bei Neigung des Kindes zu Durchfall wirst du diese Speisen sofort vermeiden. Eine rechte Portion Hafermehlbrei zwei- bis dreimal täglich ist besonders anzuraten. Die Sorge für nahrhaftes Getränk ist übrigens nicht minder wichtig. Denn beim Stillen ist man immer und immer wieder durstig, wie es sich von selbst versteht bei der großen Menge Flüssigkeit, die man abgibt. Glücklicherweise brauche ich dir weder vom Wein noch vom Bier abzuraten, da du den Segen der völligen Abstinenz schon längst erkannt hast und es für eine Sünde halten würdest, deinem Kinde eine vom Alkoholgenuß abhängige Milch zu reichen. Es wird dir im Gegenteil eine Wonne sein, zu wissen, daß dein Kind die Alkoholabstinenz mit der Muttermilch eingesogen hat. Wenn doch bei der vielfachen Anpreisung von Bier für stillende Frauen bedacht würde, daß dieses fast nur 1/10 des Eiweiß- und Zuckergehalts der Milch enthält! Halte du dir also abgekochte Milch, Milchkakao oder dünnen Hafermehlbrei immer in Bereitschaft und trinke davon, so oft du durstig bist, auch nachts, wenn du für das Kleine aufstehst. Eine zufällige, leicht fieberhafte Erkrankung ist gewöhnlich kein Grund, das Stillen zu unterbrechen. Solltest du aber den Appetit verlieren, mager werden, beim Stillen ziehende Schmerzen in den Brüsten und im Rücken spüren, dich matt und verstimmt fühlen, dann ist es Zeit, mit der Entwöhnung zu beginnen.

Gartenbau und Blumenkultur.

Der **Lauch** oder Porree macht Ansprüche auf einen fetten, kräftigen, mehr schweren, bindigen als trockenen und leichten Boden. Falls es dem Lande an genügender Kraft fehlen sollte, um dicke Lauchstauden hervorbringen zu können, muß reichlich gedüngt werden. Hierzu eignet sich Kompost, verrotteter Stallmist, im Notfalle auch Abtrittmist, Geflügelmist.

Es kann der Samen des Lauches an Ort und Stelle gesät werden oder es werden Pflanzen zum Aussetzen im Frühbeete angezogen. Bei dem ersten Verfahren gibt es eine Ernte von vielem dünnem Lauch, bei dem anderen ist die Zahl der Stauden geringer, aber sie sind dicker.

Wer etwas Besonderes an Umfang und Schönheit haben will, wird die Pflanzen immer im Mistbeete heranziehen und im Mai auf die gut vorbereiteten Beete aussetzen. Es kommen vier Reihen auf ein Beet, die einzelnen Pflanzen jeder Reihe werden mindestens 15—20 Cm. weit gesetzt. Gesäter Lauch darf dichter stehen; es ist dabei ganz selbstverständlich, daß die Pflanzen um so kleiner bleiben, je näher sie beieinander stehen.

Das besondere Kulturverfahren besteht darin, daß man die Pflanzen nicht auf die ebene Erde setzt, sondern für jede Reihe eine 12 bis 15 Cm. tiefe, handbreite Furche macht und sie da hinein pflanzt. Die Furche bleibt vorläufig offen und wird erst nach und nach mit der ausgeworfenen Erde, die noch mit etwas Kompost vermischt werden kann, wieder zugefüllt. Manche Gemüsezüchter pflanzen auch auf die gewöhnlichen ebenen Beete und stecken nur die Pflanzen recht tief in den Boden, aber ich finde, das ist nicht so gut wie das Pflanzen in Furchen. Anfangs beim Pflanzen sind die Wurzeln empfindlich gegen das tiefe Zuschütten mit Erde; später, wenn sie angewurzelt sind, vertragen sie viel mehr. In jedem Falle gewinnt man dadurch, daß man ein Stück des Lauchstengels in die Erde bringt,

lange, zarte, weißgebleichte Lauchstengel, wie solche für die Küche besonders gesucht und geschätzt sind.

Für den Winterbedarf wird der Lauch im November eingeerntet. Man bringt ihn in vertiefte Beete und schlägt die einzelnen Stengel nebeneinander in die Erde ein. So weit wie die Stengel in die Erde kommen, bleichen sie über Winter. Werden die Beete etwas überdeckt, hält sich der Lauch vorzüglich bis zum Frühjahr. In milden Gegenden hält sich der Lauch auch auf dem Standort im Freien. Es wird nur ein wenig loses Stroh übergestreut, um die schlimmste Kälte abzuhalten.

Zur Behandlung der Astern. Man unterscheidet einjährige und ausdauernde. In neuerer Zeit sind die perennierenden Herbstastern vielfach durch die einjährigen aus den Gärten verdrängt worden. Die Astern verlangen einen fetten Boden und bei trockener Witterung reichliches Begießen. Der Samen der einjährigen Sorten wird Anfang April, am besten ins Treibbeet oder in Töpfe oder Kistchen gesät, und die Setzlinge, wenn sie erstarkt sind, von Mitte Mai an, auf 15 bis 20 Cm. Entfernung gesetzt. Es gibt sehr viele Sorten, die sich sowohl durch ihren Wuchs und ihre Blumenform, als auch durch ihr Farbenspiel auszeichnen. Von den einjährigen Astern unterscheidet man besonders hohe und niedere Sorten (Zwerg). Letztere dienen zur Einfassung von Rabatten und Blumenbeeten. Besonders schön sind die neuen Straußfedernastern. Die perennierenden Arten werden gewöhnlich durch Zerteilung der Stöcke oder durch Stecklinge vermehrt.

Tierzucht.

Die rabenartigen Vögel kommen als eigentliche Stubenvögel weniger in Betracht, werden jedoch vielfach in einem entsprechend großen Käfig auf dem Hausflur oder im Freien untergebracht. Fast alle Rabenvögel lernen sprechen, am besten die Elster, die Dohle, der Kolkrabe und der Eichelhäher. Elstern und Häher lernen auch Lieder pfeifen. Der begabteste Sprecher, zugleich das Urbild der Familie, ist der Kolkrabe. Er verzehrt allerlei Reste des Haushalts, Kartoffeln, zubereitetes Gemüse, rohes und gekochtes Fleisch, auch tote Mäuse. Den Kolkraben zeichnen List, Verschlagenheit, Vorsicht, Streitsucht und Bosheit aus. Stets ist er zu Tollheiten und Neckereien aufgelegt. Bekannt ist seine Sucht, glänzende Dinge zu stehlen, die allen Rabenvögeln eigen ist. Der Rabe erreicht in der Gefangenschaft ein sehr hohes Alter, er wird bis zu 60 Jahre alt. Die übrigen Rabenvögel ähneln dem Kolkraben im Wesen, sie müssen sämtlich allein gehalten werden.

Frage-Ecke.

Antworten.

44. Lassen Sie sich das Büchlein kommen, das seiner Zeit am Büffet der „Chüechliwirtschaft" anläßlich der Landesausstellung in Bern verkauft worden ist und das nebst einer großen Zahl Rezepte für Käsespeisen ohne Frage auch das **Fondue-Rezept**, das Sie rühmen, enthalten wird. Das Büchlein ist zusammengestellt von Frl. Grüter, Kochkurslehrerin in Luzern und kostete damals 20 Rp. Vielleicht können Sie es noch von der Verfasserin beziehen. A.

45. Fachleute wie: Rohrer in Ostermundigen, Walder in Walchwil, Stähelin in Aarau werden Ihnen sagen können, ob das Stutzen der Flügel und Schwanzfedern die Legetätigkeit der **Hühner** ungünstig beeinflußt. Rosa.

46. Es sind jedenfalls noch keine großen Erfahrungen gesammelt worden in Bezug auf das Kochen mit **Elektrizität**, da es ohne Frage teurer kommt als das Kochen mit Gas. Namentlich für einen großen Betrieb wird sich letzteres billiger stellen. F.

47. **Lackschuhe** reibt man mit einer Zwiebel ab und poliert sie darauf mit einem weichen Tuche glänzend. Man kann Lackleder auch mit lauwarmer Milch oder lauwarmem Wasser abreiben und nach dem Trocknen mit einem feinen Tuche den schönen Glanz hervorbringen. Bertha.

48. In Hergiswil (Luzern) (Schweizer. Glasindustrie Siegwart & Cie., A.-G.) und in Bülach sollen **Flaschenfabriken** bestehen. Ich nehme an, daß solche auch Flaschenmaterial zurückkaufen. Richten Sie eine Anfrage dorthin. Anna.

Fragen.

49. Meine „Hausfrau" findet, ich verstehe die **Glätterei** nicht so vorzubereiten, daß ich viel ausrichte. Wer gibt mir guten Rat, wie ich das anfangen soll? Junge Stütze.

50. Soll man Erdbeerblätter und anderes „Grünzeug", das man zu inländischem Thee dörrt, an der Sonne oder am Schatten trocknen? Wie erhält man das Aroma beim Kochen des Thees am besten? J.

51. Kann man Reis und Hülsenfrüchte event. in Verbindung mit Gemüsen, Kräutern etc. aller Art nicht auch in größeren **Klopfen** zubereiten und in der Suppe gar sieden? Ich finde, wir brauchen zum Kochen einer kräftigen Mahlzeit immer zu viel Zeit und Feuerung; wir sollten nicht für drei oder vier Gerichte Gas konsumieren, wenn alles in einem Topf schmackhaft zubereitet werden kann. Für Rezepte dieser Art bin ich dankbar. Junge Hausfrau.