

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

Band: 23 (1916)

Heft: 20

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 25.05.2025

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. 20. XXIII. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 23. September 1916

Genügsamkeit im Sehnen und Verlangen,
Genügsamkeit in Hoffnung und Genuß
Wird gern am Kelch der süßen Freuden hängen,
Wird ohne Furcht den nahen Sturm empfangen,
Flieh'n, wenn sie kann, und leiden, wenn sie muß.

Ernst Schulze.



Verhaltensmaßregeln beim Konservieren.

(Nachdruck verboten.)

Wie oft hört man die Hausfrau klagen: die Gläser halten nicht, meine Konfitüren werden schimmelig &c. &c. Viele Umstände können zu diesem Mißerfolge des Einmachens führen und nur zu schnell wird die Flinte ins Korn geworfen mit dem Gedanken: „Ich kann mir ja die Konserven kaufen, ich bin damit jeder weiteren Mühe enthoben.“

Die Einmach- und Konservierungskunst erfordert wie das Kochen selbst Freude und Liebe zur Sache; an Zeit und Mühe darf nicht gespart werden. Das Konservieren ist nicht als mechanische Verrichtung zu betrachten, es muß dabei mit Überlegung vorgegangen werden.

Unsere Naturprodukte haben nicht alle dieselbe Beschaffenheit; der Boden, worin sie gedeihen, ist verschieden, ebenso sind die Reifegrade zu berücksichtigen. Die Angaben der verschiedenen Kochbücher dürfen also nicht schablonenmäßig befolgt werden. Sie bilden die Grundlage des Verfahrens; aber der Kochprozeß hängt

von der Konsistenz und dem Reifegrad der Produkte ab.

Hauptbedingungen beim Einmachen sind Reinlichkeit und eine rasche sorgfältige Arbeit.

1. Erfordernis ist schönes, frisches, nicht überreifes Obst und Gemüse, das sorgfältig erlesen und gewaschen wird. (Obst abreiben, Beerenfrüchte schnell mit kaltem Wasser überbrausen und abtropfen lassen.) Beschädigtes Obst eignet sich nicht zum sterilisieren, wohl aber zu Marmeladen.

2. Eine gute Qualität Zucker (Stod-zucker ist vorzuziehen).

3. Mit Sodawasser gereinigte Geschirre, welche mit warmem Wasser nachgespült werden.

Zum Einmachen eignen sich namentlich Messing- und Kupferpfannen, aber auch Aluminium, welches letzteres zwar gerne anläuft und schwarz wird. Man trockne die Gläser vor dem Gebrauch nicht aus, sondern lasse sie nur gut abtropfen. Gummiringe sind ebenfalls in Sodawasser einzulegen. Man achte darauf, daß der Deckel zu dem betreffenden Glas gut paßt. Der Gummiring soll geschmeidig sein; es wird genau nachgeprüft, ob kein Rißen vorhanden ist. Auch der kleinste Schaden macht ihn untauglich. Sehr gut lassen sich aber zwei ältere, leicht beschädigte Ringe miteinander verwenden in der Weise, daß der eine den Schaden des andern verdeckt.

Die Bügel und Apparatsfedern müssen elastisch sein und straff anliegen. Bei

verrosteten ist die richtige Spannkraft verloren gegangen. Um sie vor dem Rosten zu bewahren, werden sie, wenn sie lange außer Gebrauch bleiben, eingeseztet.

Wer keinen Sterilisier-Apparat zur Verfügung hat, verwende einen einfachen Kessel und umwicke die Gläser mit Stroh, Heu oder Tüchern, oder lasse sich eine dem Umfang des Bodens entsprechende Holzunterlage mit einigen Löchern machen.

Als Verschuß des Eingemachten, (Gelees, Marmeladen etc.) ist das in Alkohol getauchte Pergamentpapier vielfach gebräuchlich. In England wird der Milchverschuß (Papier in rohe Milch getaucht und fest auf das Glas gespannt) jenem vorgezogen. Einen luftdichten Abschluß bildet das Eiweiß sowie das Salzsäure-Pergamentpapier. Gute Dienste leistet auch der Wattepfropfen (auch beim Sterilisieren verwendbar.) Von chemisch reiner Watte wird ein fester Pfropfen gedreht in der Weise, daß dieser nicht dichter als die Flaschenöffnung ist, aber fest in die Flasche gebracht werden kann. Der Flaschenhals muß rein und trocken sein. Das Einfüllen der Früchte darf nur bis 5 Cm. unter dem Pfropfen geschehen. Nach dem Sterilisieren wird ein Pergamentpapier darüber gebunden oder auch mit einer trockenen Eierschale bedeckt. — Etwas schwieriger ist die Anwendung des Watteverschlusses bei Einmachgläsern, die sterilisiert werden sollen. Man schneidet der Öffnung des Glases entsprechend eine runde Scheibe aus Pergamentpapier, legt eine Lage Watte sehr gleichmäßig auf, dann eine Kartonscheibe und als Abschluß binde man ein Stück Pergamentpapier über das Ganze. Das erste Pergamentpapier wird mit einer Nadel durchstochen. Beim Einsetzen in den Apparat ist zu beachten, daß das Wasser die Watte nicht berührt. Für diesen Verschuß braucht es Vorsicht und Übung, aber man hat den Vorteil, jedes Glas verwenden zu können.

Der Ölverschuß ist namentlich für Flüssigkeiten zu empfehlen. Nach dem Einfüllen in die Flaschen wird 1 Cm.

hoch gutes Olivenöl aufgegossen. Dieses wird sich zunächst mit dem warmen Inhalt mischen, steigt aber beim Erkalten wieder. Vor dem Gebrauch wird das Öl mit Watte aufgesaugt. Beim Sterilisieren mit Rorken empfiehlt es sich, die quergeschnittenen zu verwenden und dieselben mit Draht oder Bindfaden am Flaschenhals zu befestigen. Man kann sich bei Verwendung von Krügen, die besonders in Deutschland viel benutzt werden, auch dazu passende verzinnte Klammern machen lassen. Nach dem Trocknen der Rorke ist ein Wachs- oder Paraffinüberzug ratsam, um sie völlig luftdicht zu machen. Man kann das Paraffin nach Reinigung mit heißem Wasser aufbewahren und immer wieder gebrauchen.

Fertige Konserven werden mit Inhalt und Datum bezeichnet und eingeräumt.

Die Haltbarkeit der Konserven hängt nicht allein von der Zubereitung, sondern auch von der Aufbewahrung ab. Bei ersterer werden die Fermenterregere zerstört, bei letzterer müssen wir dafür sorgen, daß nicht neue Fäulnispilze dazu gelangen oder noch vorhandene Spuren der Bakterien sich zu neuem Wachstum entfalten können (besonders bei Bohnen, Erbsen etc.) Auch bei der sorgfältigsten Verarbeitung läßt sich dies oft nicht verhindern, namentlich wo die Produkte nicht ganz frisch vom Garten weg konserviert werden können, sondern in den Handel gekommen sind. Viele Bakterien sind sehr widerstandsfähig und sterben erst nach stundenlangem Kochen bei 80—100° C. ab. Bei den Hauskonserven rechnen wir mit einer Temperatur von 70—90° C.; die Bakterien werden erstickt und bei richtiger Behandlung vermögen sie nicht mehr auszuweichen.

Die Obst- und Beerenfrüchte verlieren durch eine Schimmelbildung oder auch Gefärgung ihren Nährwert nicht vollständig, sie sind also für den Konsum nicht ganz verloren. Man nimmt die oberste Schicht des Schimmels sorgfältig weg und kocht den Inhalt des Glases nochmals auf, ebenso verfährt man bei Gärungen,

wo die Konserve durch etwas Zuderzusatz wieder haltbar gemacht wird. Anders verhält es sich bei den säurearmen Gemüsen, die nicht dieselben chemischen Bestandteile enthalten wie das Obst, also auch von verschiedenen Gärungsorganismen befallen werden. Bei eintretender Fäulnis ist die Gärung hier eine so tiefgreifende, daß der Nährwert der Konserve verloren geht, und diese zugleich gesundheitschädlich wird, da sie giftige Produkte erzeugt. Wir hören öfters von Vergiftungen durch den Genuß von Bohnen; diese sind immer darauf zurückzuführen, daß die Konserve, trotzdem sie nicht mehr in tadellosem Zustande war, verwendet wurde. Von Bakterien befallene Konserven, Gemüse und Fleisch sollen stets vernichtet werden.

Bei der Aufbewahrung ist die Verhütung von Staub, Feuchtigkeit, Wärme, Sonnenbestrahlung, also grelles Licht zu empfehlen. Am besten eignet sich ein kühler, luftiger, dunkler Raum, wie ungeheizte Zimmer, trockene Treppenträume, auch kühle Kellerräumlichkeiten etc. Offene Gestelle sind einem geschlossenen Schrank vorzuziehen, doch ist dies nicht überall möglich. Man kann in der Schranktür auch eine kleine Öffnung anbringen, um den Luftzutritt zu ermöglichen. Die Konservengläser stelle man stets so auf, daß eine gute Übersicht möglich ist. Jede Hausfrau mache es sich zur Aufgabe, ihre Vorräte regelmäßig nachzuprüfen. Auf diese Weise kann ausbrechendem Schaden noch rechtzeitig Einhalt getan werden.

K. F.



Die Kartoffelküche.

„Die Kartoffelküche in der Kriegszeit“ nennt sich eine von Josephine Nagel herausgegebene Flugschrift, die im Verlag der Zentral-Einkaufsgesellschaft m. b. H. in Berlin W. 8 erschienen ist und sich mit dem Einkauf und dem Aufbewahren und Trocknen der Kartoffeln befaßt und eine ganze Reihe von Kochrezepten enthält.

Ihrem Inhalt entnehmen wir folgendes:

Seit dem 16. Jahrhundert ist die Kartoffel als Nahrungsmittel in Europa im Gebrauch. Stets hat sie eine große Rolle als solches gespielt und doch ist ihr voller Wert bis in die neueste Zeit hinein nicht erkannt worden. Vielsach betrachtet man die Kartoffel ausschließlich als Kohlehydratspenderin. Neben wertvollen Aschenbestandteilen enthält die Kartoffelknolle viel Stärke. Die übrigen organischen Nahrungsstoffe treten gegenüber diesem Kohlehydrat an Menge stark zurück. Es ist daher nicht verwunderlich, daß die Meinung aufkam, daß die Kartoffel kein vollwertiges Nahrungsmittel darstelle, sondern nur zusammen mit anderen Stoffen, wie mit Fleisch oder anderen Vegetabilien, wertvoll sei. Diese weit verbreitete Ansicht hat sich als irrig herausgestellt. Die Kartoffel enthält Eiweiß, das in ausgezeichnete Weise ausgenützt wird, so daß man vom Kartoffeleiweiß verhältnismäßig geringe Mengen zuzuführen nötig hat, um den Eiweißbestand des Körpers aufrecht zu erhalten. Es unterliegt keinem Zweifel mehr, daß man sich sogar ausschließlich von Kartoffeln ernähren kann. Die Kartoffel ist ein vollwertiges Nahrungsmittel. Sie hat den großen Vorzug mannigfaltigster Verwendbarkeit. Sie wird einem nie über. Unbedenklich kann sie in großen Mengen zugeführt werden. Es bedeutet keine Einschränkung unserer Genüsse, wenn wir gezwungen sind, dieses edle Nahrungsmittel in vermehrtem Maße an der Zusammensetzung unserer Mahlzeiten zu beteiligen.

Das Kochen. Die Kartoffeln lassen sich in verschiedensten Arten verwenden, als Suppen, als Zuspeisen, als selbständige Gerichte, als Backwerk, als Salate, zur Mehlbereitung usw.

Um Kartoffeln gut und schmackhaft zu bereiten, ist es notwendig, sie zunächst sauber zu waschen und zu bürsten, und wenn man sie roh schält, sie nach dem Schälen nochmals gut zu waschen und das Wasser mehrmals zu erneuern, bis es klar bleibt. Auch

soll man sie während und nach dem Schälen nicht trocken liegen lassen, sondern sie sofort in reines Wasser legen und mit reinem Wasser bedeckt hinstellen.

Zu Speisen, die direkt aus rohen Kartoffeln bereitet werden, wie Klöße, Puffer, soll man Kartoffeln mit dünner Schale wählen und diese nicht schälen, sondern nur unter energischer Benutzung einer scharfen Bürste (Drahtbürste) recht sauber waschen. Die unmittelbar unter der Schale befindlichen Teile der Knolle sind sehr wertvoll, so daß durch dieses Schälen nicht nur ein großer Verlust an Menge, sondern mehr noch an Ernährungs- und Genußwert entsteht.

Sollen die Kartoffeln in der Schale gekocht werden, so setzt man sie mit so viel kaltem Wasser auf das Feuer, daß die Kartoffeln nicht ganz davon bedeckt sind, gibt Salz dazu, wobei zu beachten ist, daß frische Kartoffeln mehr Salz bedürfen als ältere, läßt sie weich kochen und gießt das Wasser vollständig ab, indem man den Deckel daraushält. Man schüttelt sie dann im Topf mehrmals um, wobei man den Deckel einige Male öffnet, damit sie abtrocknen. Hierauf werden sie möglichst sofort in einer fest zugedeckten Schüssel auf den Tisch gebracht; denn kaum ein anderes Gericht verliert durch längeres Stehen so an Geschmack und Ansehen wie die Kartoffeln. Die Kochprobe ist, daß man eine der gekochten Kartoffeln in die Hand nimmt und leicht drückt. Plagt sie, ist sie gar.

Es empfiehlt sich, zum Kochen Kartoffeln von möglichst gleicher Größe zu verwenden, weil sie dann gleichmäßiger gar kochen. Es ist natürlich, daß eine größere Kartoffel längere Zeit zum Garwerden braucht, als eine kleine; so kommt es vor, daß die kleine bereits verkocht, bevor die große gar geworden ist.

Auch zu Salzkartoffeln nimmt man gleichgroße Kartoffeln von mittlerer Größe, wäscht sie und schält sie, sticht die Reimanfänge (auch Augen genannt) aus und wirft sie in kaltes, reines Wasser. Will man dennoch größere Kartoffeln verwenden, so schneidet man sie durch. Nun wäscht

man sie aufs neue in klarem Wasser und erneuert dies so lange, bis das Wasser ganz klar bleibt. Knapp mit Wasser bedeckt, stellt man sie alsdann auf Feuer, salzt und läßt sie so lange kochen, bis sie sich beim Anstechen mit einer Gabel weich erweisen. Dann gießt man das Wasser unter dem vorgehaltenen Deckel ganz ab, schwenkt den Topf einige Male um, damit die Kartoffeln ganz abtrocknen, und setzt den Topf mit den Kartoffeln wieder auf gelindes Feuer und schwenkt öfters um, bis sie ganz trocken sind. Dann müssen sie sofort auf den Tisch gebracht werden, weil längeres Stehen nachteilig auf sie wirkt. Ältere Kartoffeln gewinnen an Wohlgeschmack, wenn man sie in doppeltem Wasser kocht, d. h. man kocht sie im ersten Wasser halbweich und bringt sie dann in frisches, kochendes Wasser, worin man sie gar kocht. Das Salzen muß stets bald nach dem Aufsetzen geschehen.

Alle Kartoffeln, die zu Teig verwendet werden, sollen nicht ganz weich gekocht sein, sie reiben und verarbeiten sich dann besser.

Das Kochen der Kartoffeln hat den Zweck, das Stärkemehl, wovon die Kartoffel bis 20 % enthält, durch den heißen Wasserdampf zu lösen, indem dieses die dünnhäutigen Zellen, welche das Stärkemehl umschließen, erweicht, so daß der Dampf in die Zellen eindringt und die Stärkekörperchen aufsaugen kann. Auf solche Weise verwandeln sich diese in eine gallertartige Masse, die sich bis zum Zerreißten der Zelle ausdehnt. Darum ist das Aufspringen der Kartoffel ein Zeichen großen Mehlgehalts.

Die Verwendbarkeit der Kartoffel ist so reichhaltig, daß sich daraus hunderterlei Gerichte bis zu den feinsten Leckereien herstellen lassen, die den verwöhntesten Gaumen befriedigen können.

Gaushalt.

Beim Obstdörren ist zu beachten, daß Apfel am besten geschnitten gedörret werden. Um ein gleichmäßiges Dörren zu erzielen, sind die Schnitze möglichst gleich groß zu schneiden.

Unter gegenwärtigen Verhältnissen ist ein Schälen der sauren Apfel nicht empfehlenswert, schon mit Rücksicht auf die raschere und billigere Verarbeitung, sowie auf die größere prozentuale Ausbeute. Einschlichtig auf Hund an ausgelegte Apfelschnitz können in gut arbeitenden Dörren in 3—4 Stunden getrocknet werden. Die Ausbeute beträgt ca. 12—15 Proz.

Birnen sollen vor dem Dörren erst weichgeschwelkt (gebraten) werden. Kleinfrüchtige Sorten sind ganz zu dörren. Große Gartenbirnen sind zu halbieren. Bekanntlich eignen sich gut ausgereifte, kernreife gewordene Mostbirnen recht gut zum Dörren. Die Dörrzeit beträgt je nach der Fruchtgröße etwa drei Tage und die Ausbeute durchschnittlich 23 bis 25 Prozent. Dörrbirnen, die erst im Laufe des folgenden Jahres zum Konsum gelangen, sind stärker auszudörren als solche, die schon vor Neujahr als Dessertfrüchte konsumiert oder zu Birnbrot verarbeitet werden.

Steinobst, Zwetschgen, Aprikosen sind nicht vorzuschwellen. Ein rascheres Trocknen wird erzielt, wenn der Stein entfernt wird und die Früchte geöffnet auf die Horden aufgelegt werden. Bei trockenem Wetter lassen sich Zwetschgen und Pflaumen, die man an Schnüre aufhängt, im Freien dörren.

Rühe.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: †Ribeli-Suppe, †Schellfisch mit Kräutern und Champignons, Butterreis, †Großer Apfelpapfen.

Montag: Braune Zwiebelsuppe, *Schafffleisch auf englische Art, *Gelbrübenpuffer.

Dienstag: Grüne Kartoffelsuppe, *Quarkkissen, *Birnenmus.

Mittwoch: Hafermehlsuppe, Rindfleisch mit Tomatensauce, *Pfefferfrüchte.

Donnerstag: Brotsuppe, *Fünfminutenfleisch, †Gedünstetes Weißkraut, *Preißelbeeren.

Freitag: Sauermilchsuppe, †Gerollte Schafsbreust, Bohnengemüse.

Samstag: *Billige Reissuppe, *Käseklülein mit Nudeln, Grüner Salat.

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.

Billige, nahrhafte Reissuppe. (Spar-Rezept.) 1½ Liter Wasser, 100 Gr. Reis, 2 Würfel von Maggis Minestrone-Suppe (Mailänder), Salz. Die Maggis Minestrone-Suppe samt dem Reis in das siedende Wasser streuen,

15—20 Minuten lang zugedeckt kochen lassen und im Salz richtig stellen.

Schafffleisch auf englische Art. 750 Gr. Schafffleisch (Bruststück) wird in kleine Stücke zerlegt, ¾—1 Liter Wasser in einer Kasserole kochend gemacht, das Fleisch mit dem nötigen Salz hineingelegt, ferner Lauch, Sellerie, einige kleine Schalotten, 1 Prise Kümmel beigelegt und alles langsam gekocht. Von einem mittleren Rohlkopf entfernt man die großen Rippen, schneidet ihn in 6—8 Teile, wäscht diese und läßt sie abtropfen. Dergleichen schneidet man 7—8 rohe Kartoffeln in kleine Würfel, sowie einige gelbe Rüben, wäscht sie und läßt sie ebenfalls abtropfen. Etwas vor 11 Uhr wird alles lagenweise zum Fleisch gegeben (nachdem man zuvor das Suppengrün entfernt hat) und dazwischen Salz und 1 Prise Pfeffer gestreut, den Schluß bilden die Kartoffeln. Nun wird fest zugedeckt, der Deckel beschwert und alles eine Stunde gekocht. Man richtet das Gemüse in die Mitte einer großen Platte an und legt das Fleisch rings herum.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.

Fünf-Minutenfleisch. Zeit 10 Minuten. 500 Gr. Schweinsfilet, 20 Gr. Fett, 20 Gr. Speck, 2 Dezil. Fleischbrühe, 1 Rohlköpf Mehl, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer. Das Fleisch wird in dünne Schnitzel geschnitten (wie für geschnebelte Leber) der würfelig geschnittene Speck und die Zwiebeln in dem heißen Fett ausgebraten, das Fleisch mit dem darüber gestreuten Mehl hineingegeben und geröstet, dann die Flüssigkeit und Salz und Pfeffer dazu gegeben und 5 Minuten aufgekocht.

Aus „Gritli in der Küche“.

Pfefferfrüchte (Peperone). 1 Kilo Peperone, 2 Deziliter Wasser, 100 Gr. Fett, ½ Zwiebel, 50 Gr. Mehl, Salz. Die Früchte werden gewaschen, geöffnet, von den Kernen befreit und fein geschnitten. Im heißen Fett dampft man die geschnittenen Zwiebeln, rührt das Mehl dazu, die Peperoneschnitzchen mit Wasser und Salz ebenfalls und kocht sie ½ Stunde. Man kann auch den Saft einer Zitrone dazu geben. Peperone, fein geschnitten, in Öl 5 Minuten gedämpft, können auch zu Salat verwendet werden.

Kettiggemüse. 1 Kilo großen, weißen Kettig, 60 Gr. Fett, 50 Gr. Mehl, 2 Deziliter Wasser, ½ Liter Milch, Salz. Die Kettige werden geschält, gewaschen und auf dem Kochreibeisen gerieben. Dann gibt man sie mit Salz ins heiße Fett und dünstet sie mit dem Wasser ½ Stunde, rührt das Mehl in das Gemüse, gibt kochende Milch dazu und richtet es nach 5 Minuten an.

Quarkkissen. 500 Gr. Quark, 250 Gr. Mehl, wenig Salz, Badfett. Das Mehl wird nach und nach zum schwach gesalzenen Quark gerührt und geknetet, bis man den Teig zwei-

messerrückenbild ausrollen kann. Dann wird er mit dem Kuchenrädchen in viereckige Stücke geschnitten und im heißen Badfett hellbraun gebacken. Die Kuchen gehen kissenartig auf und können mit Zucker bestreut werden.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Birnenmus. 1½ Kilo Birnen werden in Stücke geschnitten, mit wenig Wasser recht weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. Dann werden 2–3 Löffel voll Mehl mit Milch oder Rahm glatt gerührt, mit dem Mus vermischt, ein Stück Butter beigegeben und mit Milch zur gewünschten Dicke eingekocht; angerichtet, wird das Mus mit gelb gerösteten Brosamen bestreut.

Aus „Bürgerliche Küche“
von Frau Wyder-Zneichen.

Räseklülein mit Nudeln. 40 Gr. Mehl, etwas Magermilch, 2 Eier, Salz, 60 Gr. Rase, ein Rest gekochter Nudeln, Badfett. Aus Mehl, Salz, Milch und Eiern macht man einen Omeletteteig und gibt den geriebenen Rase hinein. Die Nudeln werden etwas zerschnitten und mit dem Teig vermischt. In einer Omelettepfanne werden mit einem Eßlöffel kleine Portionen nach einander ins heiße Fett gegeben und zu schönen Klülein gebacken. Zu Salat serviert ein beliebtes, billiges Gericht.

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

Preißelbeerkuchen. Hefeteig oder gewöhnlicher Kuchenteig; Füllung: 750 Gr. Preißelbeeren, 2 Deziliter Rahm, 1 Ei, 50 Gr. Mehl, 250 Gr. Zucker. Preißelbeeren, Rahm, Ei, Mehl und die Hälfte Zucker wird gemischt, auf den Teig gegeben und der Kuchen eine Stunde gebacken. Die andere Hälfte Zucker wird über den Kuchen gestreut, wenn er gebacken ist.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Eingemachte Früchte.

Traubengelee. 1 Liter Saft, 1 Kilo Zucker. Hierzu kann man alle Sorten Trauben verwenden, ebenfalls unreife Trauben. Man zerstoßt sie leicht und setzt sie ohne Wasserzugabe aufs Feuer, wo sie weich gekocht werden. Nun drückt man den Saft durch ein Tuch, gibt den Zucker bei und kocht ihn unter Abschäumen und Umrühren zur Geleedicke ein, was ziemlich lange dauert. Will der Traubensaft nicht dicklich werden, so gießt man ihn, bevor er etwa eine dunkle Farbe annimmt und nach gebranntem Zucker schmeckt, in eine Schüssel, löst auf 1 Liter Saft 2–3 Blatt weiße Gelatine in ganz wenig Wasser auf und rührt dies gut unter das Gelee. Etwas erkaltet und gut abgeschäumt wird es in Gläser gefüllt.

Gelee von Moosbeeren. 1 Liter Saft, 1 Kilo Zucker. Man stellt die gewaschenen Moosbeeren mit wenig Wasser aufs Feuer,

kocht sie weich, drückt den Saft durch ein Tuch und kocht ihn mit dem Zucker zur Geleedicke ein. Die Moosbeeren gelieren ziemlich schnell.

Hagebuttenmark. 1 Kilo Hagebutten, 500 Gr. Zucker. Die sorgfältig entkernten Hagebutten werden 2 Tage in kaltes Wasser gelegt. Dann stellt man sie mit frischem Wasser aufs Feuer, kocht sie langsam weich und streicht sie durch ein feines Haarsieb. Nun gibt man dem Mark den Zucker zu, kocht alles zusammen dicklich ein und füllt es in Gläser.

Aus „Die Herstellung der Konserven“.

Gesundheitspflege.

Dr. Jessner empfiehlt in seiner Broschüre „Behandlung kosmetischer Hautleiden“, die Wirkung der Seife, die wir zur Reinigung unseres Körpers benutzen wollen, in ihrer Wirkung auf die Haut selbst zu beurteilen.

Eine Seife, welche nach der Anwendung in der Haut das Gefühl einer Rauigkeit, einer Sprödigkeit, einer übergroßen Trockenheit, einer gewissen Spannung hinterläßt, ist nicht zuträglich. Nach diesem Maßstabe muß man seine Auswahl treffen. Dabei wird sich zuweilen — es ist nicht häufig — herausstellen, daß man überhaupt keine der Haut zusagende Seife findet. Das sind Menschen, die eine so zarte, so wenig Fett produzierende Haut haben, daß sie durch jede, auch die mildeste Seife geschädigt werden. Solche Menschen (meistens handelt es sich um blonde Frauen) müssen von Seifenwaschungen, wenigstens im Gesicht, mitunter sogar dauernd ganz abgesehen, die Haut nur mit reinem Wasser waschen. Zuweilen tut es ihnen gut, wenn sie dem Wasser ca. 5% reines Borax zusetzen. Zuweilen ist es sogar zu empfehlen, dem Waschwasser etwas reines Glycerin (2–3 Eßlöffel auf ½–1 Liter Wasser) beizumengen. Ja, es gibt Fälle, in denen selbst diese Waschungen, wenigstens zeitweilig, nicht vertragen werden. Dann muß man die Haut mit Fetten reinigen. Man reibt sie mit Mandelöl, welches aber möglichst frisch sein muß, oder mit reichlich aufgetragener Mitincrème ab. Das entfernt den Schmutz und erhält die Haut geschmeidig.

Krankenpflege.

Die Vergiftungen durch Pilze und Schwämme kommen häufig dadurch vor, daß die giftigen Pilze mit essbaren verwechselt oder verdorbene Pilze genossen werden. Die Vergiftungs-Erscheinungen treten manchmal erst nach Stunden ein und äußern sich als heftiger Durst, Herzklopfen, Schwindel und

Ohnmacht. Man sucht durch Trinken von warmem Salzwasser oder Ritzeln des Schlundes des Erbrechen zu erregen und gibt Abführmittel, am besten Rizinusöl, ein. Schmerzstillend wirken heiße Umschläge auf den Leib.

Vergiftungen durch Nahrungsmittel werden meist veranlaßt durch den Genuß verdorbenen Fleisches, durch Essen von frischen Fischen, Austern und Muscheln, und durch Verwendung schlechter Konserven. Da die Vergiftungen immer schwer sind, so ist ärztliche Hilfe in jedem Falle notwendig. Inzwischen versucht man durch Anwendung von Brech- und Abführmitteln die giftigen Stoffe möglichst schnell aus dem Körper zu entfernen.

Bei Blutungen aus Schlagadern sind besondere Handgriffe anzuwenden, damit mit dem ausströmenden Blute nicht auch das Leben entstehe.

Bei Verletzungen einer Schlagader entströmt helles Blut, das in großem Bogen spritzt. Zunächst hat man den Versuch zu machen, die blutende Schlagader auf ihrem Wege zwischen dem Herzen und der Wunde mit den Fingern zusammenzudrücken. Dies geschieht bei Blutungen am Hals durch festes Andrücken der Halsschlagader gegen die Wirbelsäule, bei Blutungen in der Schultergegend durch Andrücken der Achselschlagader gegen die Achselhöhle und insbesondere gegen die hier befindlichen Knochen. Bei Blutungen aus dem Arm wird die Hauptschlagader des Oberarms in der Furche zwischen den einzelnen Muskeln an den Oberarmknochen angepreßt. Bei Blutungen am Bein wird die Hauptschlagader des Oberschenkels gegen den Oberschenkelknochen gedrückt.

Diese Art des Zusammenpressens der Adern ist schwer und ermüdend und deshalb nur als vorläufige Hilfe anzuwenden und man bedient sich daher bei Blutungen aus den Gliedmassen der elastischen Umschnürung des Gliedes oberhalb der blutenden Stelle. Eine solche Umschnürung wird ausgeführt mit einer Gummibinde, als welche der Eschmarchsche Hosenträger verwendet werden kann, in anderen Fällen mit einem Gummischlauch oder dergleichen. Die elastische Umschnürung muß so stark angelegt werden, daß die Blutung vollkommen zum Stehen kommt, sie darf aber wegen des starken Druckes, den sie auf das ganze Glied ausübt, nicht zu lange fortgesetzt werden. Sie soll, wenn vor einer Stunde die Hilfe eines Arztes nicht zu erreichen ist, versuchsweise wieder abgenommen werden und vorübergehend durch Fingerdruck wieder ersetzt werden.

Mit diesen Mitteln wird man über jede größere Blutung Herr werden und ich brauche die Leser nicht zu warnen, die üblichen Volksmittel zu verwenden, welche im Auslegen von Eisenchlorid, Spinnengewebe und ähnlichem bestehen und statt Nutzen nur Schaden stiften.

Dr. E.

Kinderpflege und -Erziehung.

Wenn die Schule wöchentlich zweiunddreißig Sitzstunden hat, so sollen für Hausarbeiten, einschließlich Musikunterricht und andere Privatstunden, nicht mehr als sechszehn Stunden verwendet werden, und sowohl die Schule als auch das Haus und die Schüler selbst haben eine nach Möglichkeit gleichmäßige Verteilung dieser Stunden auf die sechs Wochentage anzustreben. Dabei ist darauf zu halten, daß zwei schulfreie Nachmittage zu ausgiebigen Spaziergängen, Spielen und anderen Körperübungen im Freien und dergleichen mehr Zeit gewähren und daß der Sonntag völlig arbeitsfrei bleibt. Nacharbeit und jede Arbeit nach dem Nachessen ist auszuschließen, weil durch Verkürzung und Störung des Schlafes (durch aufregende Träume, Fortarbeiten im Schlaf und dergleichen mehr), sowie durch das Kämpfen gegen überwältigende Müdigkeit gerade in diesen Jahren die Gesundheit ausnehmend geschädigt wird. Frühaufstehen und leichte Arbeiten in den Frühstunden sind dagegen nützlich, wofür das Arbeiten eine Stunde vor der Schulzeit abgebrochen wird, damit die Schulstunden nicht mit ermüdetem Kopfe begonnen werden. Diese Zeit ist aber der nachmittäglichen Arbeitszeit zugute zu rechnen.

Dr. Dornblüth.

Gartenbau und Blumenkultur.

Vor dem Einbringen des Obstes in den Keller ist dieser gut zu lüften; auch ist das Ausschwefeln zu empfehlen. Alles aufbewahrte Obst ist von Zeit zu Zeit durchzusehen; faule, sowie angestechte Früchte sind zu beseitigen. Sehr wichtig ist, daß das Lagerobst zur richtigen Zeit verspeist wird. Zwei Tage mehr oder weniger bewirken oft einen wesentlichen Unterschied in der Schmackhaftigkeit. Ein sicheres Merkmal des vollkommenen Reifezustandes bei Früchten ist es, wenn bei einem leisen Drucke mit dem Finger oberhalb des Stieles das Fruchtfleisch nachgibt. Im Reifezustand ändert sich in der Regel auch die Farbe und die Frucht duftet angenehm.

Das Verpacken und Versenden des Obstes ist ebenfalls eine wichtige Sache. Als allgemeine Regeln gelten hierbei folgende: Zum Versand sollte nur untadelhaftes Obst gebracht werden. Die in Frage kommenden Kisten, Fässer oder Körbe dürfen sich nicht in schlechtem Zustande befinden. Damit die Früchte nicht beschädigt werden, bettet man sie in Papierschnitzel, Holzwolle etc., oder man umwickelt sie mit Seidenpapier. Die Früchte sind so zu legen, daß sie sich nicht bewegen können. Das Ganze wird mit sauberem Papier überdeckt. S.

Tierzucht.

Eine allgemeine Krankheit der Hühner, wie aller Körnerfressenden Vögel ist der **Pips**. Die Nasenlöcher sind durch Schleim verstopft, so daß die Tiere am Atmen gehindert sind, keuchen, den Schnabel aufsperrn und oft sogar zu Boden fallen. Man reinige die Nasenlöcher mit schwachem Salzwasser, bestreiche sie mit Baumöl und bringe die Hühner in einen sonnigen Raum. Dauert die Krankheit länger, so entstehen auf der Oberhaut der Zunge und des Schlundes Verhärtungen. Früher löste man den weißen Knorpel vorsichtig mit einer Nadel ab, wusch die Stelle mit Salzwasser oder Essig und bestrich sie mit einem milden Fett; es ist dies Verfahren aber eine unnötige Quälerei. Bei Gesundung des Tieres löst sich die harte Haut an der Zunge von selbst ab.

Unter ähnlichen Atmungsbeschwerden wie der **Pips** befällt auch die **Diphtherie** die Hühner. Sie strecken den Kopf vor, werden matt und unter der Zunge, sowie am Gaumen zeigt sich ein weißgelber Belag. Da nur in den seltensten Fällen Genesung erreicht wird, die Krankheit vielmehr äußerst ansteckend und verheerend ist, tut man am besten, das befallene Huhn sofort zu töten und so tief zu vergraben, daß kein anderes Huhn oder sonstiges Tier dazu kommen kann. Man sagt, daß die Hühnerdiphtherie nicht bloß durch Ansteckung, sondern auch durch Erkältung, verdorbenes Futter, unreines Trinkwasser, schlechte Stallluft entsteht. Zuweilen sterben die Hühner schon nach 2–3 Stunden, so daß man geneigt ist, Vergiftung zu vermuten; anderenfalls im Laufe von 2–3 Wochen, unter **Katarrh**, **Fieber**, **Durchfall**, **Abmagerung**.

Aus „Hof und Garten“.

Frage-Ecke.

Antworten.

83. Für Ihren künftigen Haushalt würde sich die **Columbus-Dampfhaube** der **Columbus-Rochapparate** A.-G. Zürich als sehr praktisch erweisen. Wie ich von Damen gehört habe, die solche seit längerer Zeit im Gebrauch haben, bietet die Dampfhaube in jeder Beziehung die weitestgehenden Vorteile. Für Prospekt und Gebrauchsanweisung wollen Sie sich direkt an oben genannte Adresse: **Columbus-Rochapparate** A.-G. Zürich 1 wenden. Ich hoffe, Ihnen einen guten Rat gegeben zu haben und wünsche besten Erfolg. **Frau P. S.**

85. **Benzobol** können Sie in jedem beliebigen Quantum beziehen bei Herrn **Franz Ortner**, Langgasse 68, St. Fiden b. St. Gallen. **Frau F.**

86. Die **Pfefferfrüchte** werden in der Küche ähnlich wie **Tomaten** behandelt. Am besten schmecken sie in Öl gebacken. **S.**

87. Wenn man das Obst in kleinem Quantum auf dem Markt kaufen muß, lohnt sich das **Dörren** nicht. Im übrigen verweisen wir Sie auf die **Ratschläge**, die in letzter Nummer des **Hauswirtschaftlichen Ratgebers** über das **Dörren** auf Gas gegeben worden sind. **A.**

88. Durch das wiederholte Begießen mit warmer oder heißer Flüssigkeit werden die **Essigfrüchte** rascher und intensiver davon durchtränkt und nehmen in verhältnismäßig kurzer Zeit den charakteristischen Geschmack an. Das **Übergießen** mit kalter Flüssigkeit hätte nicht den gleichen Erfolg. **W.**

89. **Pflege der Schuhe**. Man wasche sie ab und zu mit kaltem Wasser und einer weichen Bürste, fette sie noch naß mit zwei Fingern tüchtig mit **Leberfett** ein, wische sie nach einigen Tagen erst wieder. So bleibt das Leder geschmeidig. Feines **Ziegenleder** reinige man mit ungekochter **Milch**. Die **Sohlen** werden neu mit **Leinöl** zwei bis drei Mal imprägniert, welches Verfahren sie wasserbicht macht. Zum **Aufbewahren** stopfe man die Schuhe mit **Papier** aus oder schiebe eine **Holzform** hinein, damit sie die gute Form stets beibehalten. Der **Aufbewahrungsort** sei luftig und trocken. Je mehr Schuhe man besitzt, desto weniger braucht man, d. h. das feuchte, nasse Leder nützt sich viel mehr ab als das ausgetrocknete. **E. G.**

Fragen.

90. Lohnt sich das **Selbstfärben** von Kleidern? Ich möchte mir die **Auslagen** für das **Färbenlassen** ersparen und bitte um gute **Ratschläge**, wie ich dabei vorzugehen habe. **Hausfrau.**

91. Wie behandelt man **Böden**, die bisher aufgewaschen worden sind am besten? Können solche noch gewischt werden? Wie muß man bei der **Farbenauswahl** von **Linoleumbelag** vorgehen? Soll die Farbe mit dem **Getäfel** harmonieren oder ganz abstechen? Soll für kleine Räume auch ein möglichst kleines **Muster** gewählt werden? Ist eine helle Farbe der dunklen vorzuziehen? Für **Wegleitung** danke **L. M.**

Die **Bäckkunst** zu erlernen, ist eine zeitraubende und recht kostspielige Arbeit und die Versuche damit zeitigen oft **Enttäuschungen**. Alle **Hausfrauen**, die der mühsamen **Probelei** enthoben sein wollen, verweisen wir auf das **Inserat**, in welchem die altbekannte **Anglo Swiss Biscuit Co.** in **Winterthur** auf ihre famosen nicht zu übertreffenden **Erzeugnisse** aufmerksam macht. Es sind das **Fabrikate**, die dank ihrer deliziösen Qualität die **Produkte** der „**Heim-Bäck-Arbeit**“ ersetzen.

