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

Band: 23 (1916)

Heft: 25

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: 21.08.2025

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. 25. XXIII. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern Zürich, 25. November 1916

Arbeitstage
Voll rüstiger Plage
Sind die besten
Von allen Festen.

Frida Schanz.

Die Verwendung der Eingeweide in der Küche.

Alle frischen Eingeweide werden auf die verschiedenste Weise zubereitet und dienen entweder als selbständige Speise oder als Zutat. Die Zunge verwendet man hauptsächlich von: Ochse, Kuh, Kalb, Schwein und Hammel und zwar in frischem Zustande, gepökelt und geräuchert. Als Geschlinge bezeichnet man: Schlund, Lunge, Herz und Milz. Zur Herstellung von Speisen verwendet man meistens das Geschlinge von Kalb, Hammel, Lamm und Schwein; weniger schmackhaft ist das des Rindes. Man verwendet es bei der Wurstbereitung. Das Brieschen findet sich nur bei den jungen Tieren und wird zur Herstellung von Speisen vom Kalbe verwendet. Es eignet sich besonders zur Krankenkost, weil es einen wenig ausgeprägten Geschmack und locker gelagerte Fasern hat. Das Herz liefert derbes, mageres Fleisch. Selbständige Speisen bereitet man von Kalbs- und Schweinsherzen. Die Leber wird von allen Tieren verwendet, deren Fleisch wir genießen. Von unseren Schlachttieren verwendet man am häufigsten die Lebern vom Schwein und Kalb, während die des Hammels und des Rindes zur Herstellung der Wurst mit dienen. Sehr geschätzt sind die Lebern von Reh, Gans und Hecht. Der Magen der Schlachttiere wird meistens zusammen mit Darmhaut und Netz verwendet. Man bezeichnet diese Speise, wenn die Eingeweide vom Rind oder Hammel herrühren, als Kaldaunen oder Fleck, wenn sie vom Kalb oder Lamm kommen als Gekröse. Aus dem Labmagen der Kälber wird ferner die Labsäure gewonnen. Der Magen des Schweines wird als Wursthülle benutzt; man bezeichnet diese Wurst als Schwartenmagen. Der Magen des Geflügels wird meistens gehackt und mit einer Fülle in das Innere des Geflügels gegeben. Die Därme dienen meistens als Wursthülle. Das Kuheuter besteht hauptsächlich aus Drüsenbläschen, die von Haargefäßen umsponnen und durch das Bindegewebe zu einer Drüse vereinigt werden, welche wiederum von einem Fettpolster umhüllt wird.

Bei der Vorbereitung aller Eingeweide hat man Wert darauf zu legen, daß sie gründlich gereinigt werden. Das Hirn wird gewässert und das blutige Wasser dabei öfters erneuert, damit alle Blutteilchen ausgezogen werden, welche Geschmack und Aussehen des Hirnes beeinträchtigen würden; darauf entfernt man alle Häutchen und Äderchen. Die Zunge wird zunächst sauber gebürstet und in kochendem Salzwasser weich gekocht. Wenn sich Bläschen an der Zunge zeigen, so ist sie weich, man kann auch durch Einstechen

mit einer Spicknadel in die Zungenspitze probieren, ob sie weich ist. Darauf zieht man die Haut ab, nachdem man vorher die Zunge abgeschreckt hat, und schneidet sie je nachdem in Scheiben oder Würfel. Das Geschlinge wird gut gewaschen, in kochendem Salzwasser, dem man Essig und Gewürze zugefügt hat, weich gekocht und in feine Würfel geschnitten. Das Brieschen wird auf die gleiche Weise wie das Hirn vorbereitet. Das Herz wird der Länge nach durchgeschnitten, Adern und geronnenes Blut entfernt, ausgewaschen, eine Stunde in Essig gelegt und gespickt. Oder das gewaschene Herz wird ausgehöhlt, das Ausgehöhlte fein verwiegt zu einer Fülle in das Innere gegeben, das Herz zugenäht und gespickt. Die Leber muß einige Zeit in Wasser und Milch eingelegt werden, damit ihr der von der Galle herrührende Geschmack genommen wird. Die Leber wird gehäutet, die Sehnen werden entfernt, je nach der Verwendung wird die Leber entweder ganz gelassen, in Scheiben geschnitten oder geschabt. Die Milz wird gehäutet und in Stücke geschnitten. Die Nieren werden gewaschen, der Länge nach durchgeschnitten, von den Sehnen befreit und nochmals gewaschen. Ihren eigentümlichen Geschmack kann man ihnen nehmen durch Einlegen in Milch vor der eigentlichen Vorbereitung.

Das gekaufte Gekröse ist schon gereinigt und abgekocht. Es wird gewaschen, 8 bis 10 Stunden in kochendem Salzwasser, dem man Gewürze zugesetzt hat, weich gekocht und in Stücke geschnitten. Das Kuheuter wird gewaschen, in kochendem Salzwasser weichgekocht und in Scheiben geschnitten, wenn es gebacken werden soll. Will man es in einen Beiguß geben, so setzt man dem Salzwasser noch Gewürze zu.

Wenn das Hirn als selbständige Speise dient, kann man es backen oder dünsten, man verwendet es auch als Zutat. Die vorbereitete Zunge kann man panieren und backen, zu Ragouts und zu Sulzeinlagen verwenden. Das in Würfel geschnittene Geschlinge wird in einem braunen Beiguß, den man mit Salz, Pfeffer, Essig und Kräutern würzt, weich gedämpft. Das Brieschen wird wie das Hirn zubereitet. Die Herzen werden angebraten, mit Mehl gestäubt, dieses gebräunt, abgelöscht, aufgefüllt, mit Salz und Pfeffer gewürzt; kurz vor dem Anrichten gibt man noch etwas Essig hinzu. Die Sauce macht man mit etwas Rahm dicklich. Die in Scheiben geschnittene Leber wird in Mehl umgewendet und in heißem Fett auf beiden Seiten gebraten, bis sie nicht mehr blutig ist. Sie darf erst gesalzen werden, nachdem sie angebraten ist, oder nach dem Braten, weil sie leicht hart wird. Man kann die Leber auch dämpfen. In dem heißen Fett dünstet man feingeschnittene Zwiebel und dämpft darin die Leber, bis sie nicht mehr blutig ist. Dann stäubt man mit Mehl, dünstet es gut durch, füllt nach und nach auf, läßt die Leber eine Viertelstunde dämpfen und würzt kurz vor dem Anrichten mit Salz und Essig. Die Nieren werden gedünstet, mit Mehl gestäubt, dieses läßt man durchdünsten, dann wird abgelöscht, aufgefüllt mit Salz und Pfeffer gewürzt und weich gedämpft. Zum Gekröse macht man eine braune Sauce, würzt sie mit verschiedenen Gewürzen, gibt das Gekröse dazu und läßt es darin durchziehen. Man kann auch das Gekröse mit Essig und Öl anmachen zu saurer Sulze. Das vorbereitete Kuheuter kann man in Scheiben schneiden, salzen, garnieren und backen oder in Stückchen schneiden und in eine Sauce geben.

Über die Aufbewahrung ist nicht viel zu bemerken, denn die Eingeweide halten sich höchstens 1—2 Tage frisch und zwar auf Eis; man kann sie auch in Milch einlegen. Eine Ausnahme macht die Zunge, welche längere Zeit haltbar ist und zwar in gesalzenem und geräuchertem Zustande. Aus „Die Haushaltungskunde“ von Luise Oesterwitz.

Hang zur Gemächlichkeit ist für den Menschen schlimmer als alle Übel des Lebens. Es ist daher äußerst wichtig, daß Kinder von Jugend auf arbeiten lernen. Kant.

Ratschläge zum Einwintern der Gemüse.

(Nachdruck verboten.)

Beim Einräumen der Gemüse ist die Hauptsache gutes Abtrocknen; es ist leichter, diese späterhin vor zu starkem Austrocknen zu schützen (durch Auflegen von Packpapier, leichter Emballage), als der Fäulnis Einhalt zu gebieten, die durch Feuchtigkeit und Wärme hervorgerufen worden ist.

Der Aufbewahrungsort sei möglichst kühl, luftig und dunkel. Sehr gut halten sich die Gemüse in gut abgetrockneten Mistbeeten, Erdmieten, auch ausgegrabenen Hausrabatten, welch letztere bei strengem Frost mit trockenem Stroh oder Laub und darüber mit Brettern oder Dachpappe gedeckt werden. Wenn die Fröste vorüber sind, muß wieder ausgiebig gelüftet werden. Sind genannte Garteneinrichtungen nicht vorhanden, so können Kohlarten auf ein abgeräumtes Gartenbeet, möglichst nahe dem Hause, eingegraben werden. Spatenstichbreite und -tiefe (30 Cm.) Gräben werden ausgegraben und wenn etwas abgetrocknet, auf die Grabensohle eine Schicht trocken eingebrachtes Laub gestreut, darauf die Köpfe gestellt, die Strünke nach oben, und wieder mit Laub gedeckt. Über das Ganze wird die ausgegrabene Erde gezogen, bis nur noch die Wurzeln sichtbar sind. Bei sehr strengem Frost wird nochmals mit etwas Laub und Tannenreisig zugedeckt. Kleinere Mengen können in kühlem Keller aufbewahrt werden.

Die Haltbarkeit der Gemüse ist verschieden, auch innerhalb einzelner Gemüsegruppen. So fällt z. B. der Kohl (Wirz) sehr bald der Fäulnis anheim, während der Rotkabis bei richtiger Einwinterung (trocken, kühl, gänzlich unbeschädigt) sich gut bis zum Frühjahr hält. Daher bestimme man den Kohl für baldigen Verbrauch, während der Rotkabis für spätern Konsum reserviert wird. Auch die Endivien sind sehr empfindlich für Fäulnis, namentlich die gebleichten. Man bleiche daher nur nach Bedarf, und erst, wenn sie ganz abgetrocknet sind. Verhältnismäßig gut halten sie sich, wenn sie mit Wurzelballen ausgehoben und in luftiger Remise oder Keller in Erde eingeschlagen werden. Erlittene Fröste erhöhen die Fäulnisgefahr.

Bei den Wurzelgemüsen werden die Blätter glatt bis zu 1 bis 2 Cm. abgeschnitten; die Wurzeln lasse man möglichst unversehrt. Nach dem Abtrocknen werden sie ins Winterlager auf Haufen gesetzt, besser schichtweise Torfmull dazwischen. „Madige" Karotten verwende man sofort.

Bei Kohlrabi, Pastinaken, Petersilienwurzel, Sellerie lasse man die Herzblätter stehen. Diese Gemüse halten sich auf diese Weise nicht nur besser, sondern sie spenden uns auch über den Winter das beliebte Schnittgrün.

Selbstverständlich sollte nur das beste, schönste Gemüse eingewintert werden. Nur junge, gesunde, nicht zu stark mit Stickstoff, Stallmist, Jauche gedüngte Ware hält sich bis zum Frühjahr. Alle noch so wenig verletzten Gemüse, ebenso unreife oder geplatzte, bestimme man zum Einräumen für baldigen Gebrauch (Keller, Remise).

Näher auf Einzelheiten einzugehen, verbietet mir Raum und Zeit; ich verweise noch auf die schon erschienenen Ratschläge über das Einwintern der Gemüse. Auch gibt es ja treffliche Gartenbau-Zeitschriften, wie „Schweiz. Obst- und Gartenbau-Zeitung" und „Pflanzenfreund", die uns in solchen Fragen gründlich belehren. Reichlich spät zwar, hofft die Verfasserin dieser Zeilen doch noch da und dort nützen zu können.

M. H.

Richtiges Anlegen der heilsamen Umschläge.

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Von altersher bilden mit Recht die heilsamen Umschläge das beliebteste Hausmittel gegen die mannigfachsten Körperleiden. Unendlich viel Gutes haben sie schon geleistet, aber auch schon Schaden getan durch die falsche Handhabung beim Anlegen. Wenn man z. B. einen feuchtwarmen Umschlag, der durch Wärmestauung in der Haut heilsam wirken soll, nicht

durch einen wasserdichten Stoff ganz luftdicht abschließt, so verdunstet das Wasser und kühlt sogar noch die Haut ab, bewirkt also gerade das schädigende Gegenteil von dem, was beabsichtigt war. Daher ist es durchaus notwendig, das richtige Anlegen genau zu kennen und auch zu wissen, weshalb es gerade so stattfinden muß. Ferner ist jedenfalls ein Hinweis nützlich, bei welchen Erkrankungen die verschiedenen Umschläge am heilsamsten wirken.

Der feuchtwarme Prießnitz-Umschlag, nach seinem Erfinder, dem Bauer Prießnitz benannt, setzt sich aus drei Schichten zusammen. Die innerste, auf der Haut liegende, besteht aus einem mehrfach zusammengelegten Handtuch, das in körperwarmem Wasser getränkt und dann ausgewunden wird, so daß es noch feucht ist, aber nicht tropft. Darüber kommt eine Lage wasserdichten Stoffes, wie Guttapercha, Pergamentpapier, Wachspapier, das die unterste Schicht am Rande überall mindestens zwei fingerbreit überragen muß, damit jede Verdunstung und Abkühlung verhindert wird. Als dritte Schicht folgt darauf ein Woll- oder Flanelltuch (am Halse auch Strumpf), das ebenfalls wieder die Ränder des vorigen überragt und mit Sicherheitsnadeln gut befestigt wird. Wenn bei längeren Halskrankheiten ein ständiger Umschlag nötig wird, dann wickelt man am besten zuoberst eine Binde um den Hals und über den Kopf hinweg, damit der Umschlag gut anliegen bleibt. Sollen solche Verbände längere Zeit auf Brust oder Rücken liegen, so schneidet man sie zur Vermeidung des Rutschens in der Form einer über die Schultern hängenden Weste. Das Wasser zum Befeuchten soll bei allen diesen Verbänden am besten körperwarm sein; heiße oder kalte üben bei entzündeter Haut einen schmerzhaften Reiz aus und werden ja doch bald körperwarm. Die Hauptsache ist eben, daß die unterste feuchte Schicht überall, besonders am Rande, von dem wasserdichten Stoffe gut bedeckt und vor Verdunstung geschützt ist, sonst tritt schädliche Abkühlung und Blutleere in dem erkrankten Hautgebiete ein, während gerade eine Erwärmung und Blutfülle beabsichtigt ist. Dann braucht der feuchte Umschlag auch viel seltener gewechselt zu werden, wobei doch jedesmal eine unangenehme Abkühlung der Haut stattfindet. Ob der Verband gewechselt werden muß, kann man am besten durch Befühlen mit dem vorsichtig untergeschobenen Finger feststellen.

Alle diese Verbände wirken an den betreffenden leidenden Körperstellen schmerzlindernd und entzündungswidrig. Um diese Wirkung zu verstärken, verwendet man statt reinen Wassers auch Bleiwasser, essigsaure Tonerde, Alkohol. Besonders kräftig ist essigsaure Tonerde mit Alkohol getränkt. Bei solchen spirituösen Verbänden soll man das Gummipapier durchlochen, damit der Spiritus verdunsten kann und die Haut nicht ätzt. Ein fertiges, gutes Tonpräparat ist im Handel zu haben unter dem Namen „Antiphlogistin". Nach Entfernung aller derartiger Umschläge muß natürlich die Haut an den betr. Stellen gut abgetrocknet werden, um Erkältungen zu verhüten.

Noch besser schmerzlindernd, erweichend und zerteilend wirken die beliebten Breiumschläge (Kataplasmen). Sie eignen sich bei Geschwülsten, besonders geschwollenen Drüsen, Eitergeschwüren und auch zur Schmerzlinderung bei Gallen- und Nierensteinkoliken. Man kocht Leinsamenmehl oder Hafergrütze mit Wasser zu einem dicken Brei und streicht diesen gut fingerdick auf Leinwand, die man wie einen Briefumschlag darüber zusammenlegt. Diesen bringt man auf den kranken, vorher eingeölten Körperteil, bedeckt ihn mit einem wollenen Tuche und wechselt ihn, sobald er kühl wird. Man muß sich hüten, diese Umschläge zu heiß anzuwenden, weil sie leicht Verbrennung und dauernde Verfärbung der Haut erzeugen; durch Anlegen an die eigene Wange stellt man fest, ob sie die richtige Wärme besitzen. Den abgekühlten Brei kann man einen Tag lang immer wieder erwärmen, muß aber dann einen neuen zubereiten, weil er sonst sauer und übelriechend wird. Bei der

Wiedererwärmung ist es am bequemsten, auf einen Topf mit heißem Wasser im Ofen ein grobdurchlöchertes Sieb (Durchschlag) zu stellen, in welches die Tücher mit Brei gelegt und mit einem Topfdeckel zugedeckt werden; durch die aufsteigenden Dämpfe bleiben sie feuchtwarm. Gewöhnlich macht man die Breiumschläge zwei- bis dreimal am Tage je eine bis zwei Stunden lang.

Für manche Fälle, wie zur Beschwichtigung von Leibschmerzen, reichen trockene warme Umschläge aus. Man stellt Kräuterkissen oder Kräutersäckchen aus Leinwand oder Baumwollstoff her, oder nimmt auch Puppenbettdecken, und durchnäht sie matratzenartig, damit der Inhalt sich nicht an einzelnen Stellen anhäufen kann. Zur Füllung werden stark riechende, zerteilend, beruhigend und krampfstillend wirkende Kräuter (z. B. Kamillen oder Wiesenkräuter) verwendet, deren Wirksamkeit man noch dadurch zu erhöhen pflegt, daß man sie mit Kampfer versetzt oder unmittelbar vor dem Auflegen mit einem aromatischen Spiritus befeuchtet. Der Inhalt darf nicht allzu grob sein, damit nicht zartere Hautteile gereizt werden, auch nicht zu fein oder ungesiebt, weil er dann staubt. Man erhitzt diese Säckchen einfach in der Ofenröhre.

Bei den bisher besprochenen Arten von Umschlägen ist Wärmestauung mit Wärmezufuhr auf den krankhaften Hautstellen in vorteilhaft heilsamer Weise vereinigt. Sollen tiefer liegende Entzündungen auf die äußere Haut abgeleitet werden, so bedient man sich hautreizender Umschläge, unter denen das Senfpflaster das allerbeste Haus- und Heilmittel darstellt. Senfmehl wird mit warmem Wasser zu einem dicken Brei verrührt und auf Leinwand gestrichen, die man in der gewünschten Größe wie bei den Breiumschlägen zusammenlegt. Bequemer ist die Anwendung der käuflichen Senfpapiere (Senfpflaster), die man vor dem Gebrauche auf der bestrichenen Seite mit lauem Wasser befeuchtet. Man läßt sie 10—15 Minuten liegen, bei Kindern 5—10 Minuten; es soll nur Brennen und Rötung der Haut entstehen, aber keine Blasenbildung. Nach dem Abnehmen wird die betreffende Stelle mit lauwarmem Wasser und einem weichen Läppchen oder Schwamm schnell gereinigt, zart abgetrocknet und mit einem warmen Tuche bedeckt. Legt man einem an Brustbeklemmung oder Asthma Leidenden einen Senfumschlag auf die Herzgrube, so tritt sehr schnell Erleichterung ein. Auch bei Kopf- und Zahnschmerzen, Ohrensausen, Schwindel, Betäubung, Brustkrämpfen, Stichen, Magenkrampf, Leib- und Rückenschmerzen leistet ein einfacher Senfumschlag die günstigsten Dienste. Für manche Zwecke, z. B. rheumatische Schmerzen, eignet sich auch das Einreiben mit Senfspiritus, doch wirkt dieser nicht so nachhaltig und sein Geruch ist scharf.

So manches Unwohlsein und leichtere Erkrankung schleppt man oft tagelang ohne jede Behandlung hin, weil man immer noch auf Selbstheilung hofft. Nachher bekommt man den ärztlichen Vorwurf, daß die daraus entstandene schwere Krankheit durch rechtzeitige Maßnahmen leicht hätte verhütet werden können. Da sind meist richtig angelegte Umschläge angebracht, welche alsbald von den Schmerzen befreien und die Krankheitsstoffe zur Zerteilung und Aufsaugung bringen.

Haushalt.

Von der sorgsamen Pflege des Kartoffelvorrats ist die Bekömmlichkeit und der Wohlgeschmack dieses so wichtigen Nahrungsmittels mehr abhängig, als viele Hausfrauen wissen und ahnen. Die Kartoffel will nicht nur sorgsam vorbereitet und zugerichtet sein, sondern noch wichtiger ist zweckmäßige Aufbewahrung und Behandlung während des Lagerns. Wo der Keller nicht sauber getüncht und frei von Mauerschutt, modrigen und dumpfigen Winkeln ist und der Bodenbelag, Steine etc. zu wünschen übrig läßt, darf die Kartoffel keinesfalls, wie vielfach üblich, nur einfach in einen Winkel geschüttet werden. Wo keine zweckmäßigen Vorrichtungen im Keller bestehen, leisten hochgestellte Holzkisten und Fässer (Zement- oder Kreidefässer), die frei von jeglichem Geruch sind, gute Dienste. Auf doppelt gelegte Mauersteine gestellt, mit einem Luftraum von Handbreite hinter der Rückwand, werden

sie von allen Seiten von der Luft umgeben, so daß sich keine Feuchtigkeit entwickeln kann. Noch besser ist es, zuvor den Boden zu entfernen und einen Lattenrost aufzunageln, der zwei Vorzüge gegenüber dem festen Boden aufweist. Erstens der Luft ungehindert Zutritt zu gestatten, zweitens die abbröckelnde Erde durchgleiten zu lassen. Natürlich muß diese wöchentlich einmal entfernt werden, damit sich kein Ungeziefer darin ansammelt. Wird dann an einer derart vorgerichteten Kiste noch an der kurzen Querseite unten ein schmales Brettchen gelöst, so daß man an der entstandenen Lücke den jeweiligen Bedarf entnimmt, so ist diese Kartoffelkiste oder -tonne der besten „Schüttelkiste" gleich zu achten, wie sie jetzt in Haushaltungsartikelgeschäften käuflich sind. Wird doch durch die Bewegung, das Hinabgleiten zu dieser Lücke, das vorzeitige Keimen wirksam verhütet.

Naturgemäß muß für öfteren Luftwechsel im Keller durch Öffnen des Fensters in den Mittagsstunden, sowie für dessen Reinigung durch öfteres Ausschwefeln — monatlich mindestens zweimal gesorgt werden. Ebenso für sorgsames Auslesen krank oder faulig werdender Kartoffeln, damit diese nicht die gesunden anstecken und verderben. H. N.

Küche.

Kochrezepte.

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

Minestra. Zeit 1 Stunde. 100 Gr. Speck, 1 Kohlköpfchen, 1 Selleriewurzel, 1 Knoblauchzehe, Petersilie, Lauch, Tomatenpüree, 200 Gr. Reis, 2 Liter Wasser. Die kleingeschnittenen Gemüse und der würflig geschnittene Speck werden ca. 3/4 Stunden zusammen in dem Wasser weich gekocht und der Reis nur 10 bis 15 Minuten vor dem Anrichten hineingegeben. Er muß körnig bleiben. Man reicht geriebenen Käse dazu oder gibt ihn zuletzt noch in die kochende Suppe.

Aus „Gritli in der Küche".

Lungenmus in Omeletten. Die Lunge wird weichgekocht, feingehackt, Salz, Pfeffer und Muskatnuß, sowie feingeriebenes Brot dazugegeben. Nun wird eine feingewiegte Zwiebel und 1 Eßlöffel Mehl in Butter oder Fett geschwitzt und mit Wasser, worin die Lunge gekocht wurde, abgelöscht. Dann kommt die Lunge dazu und wird auf schwachem Feuer 1/2 Stunde gekocht und in dünngebackene Omeletten gefüllt, eingerollt und diese noch etwas backen gelassen.

Gefüllter Kohl. Einfache Art, aber sehr wohlschmeckend. Ein großer Kohlkopf wird gebrüht. Wenn er vertropft ist, wird er grob gehackt. 250 Gr. Wurstbrät oder feingehacktes Schweinefleisch nebst Resten von gesottenem Rindfleisch werden mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß gewürzt. Dann läßt man in einer irdenen oder auch in einer Emailpfanne ein nußgroßes Stück Fett zergehen, gibt den Kohl abwechselnd mit einer Lage Fleisch hinein und fährt damit fort, bis beides verbraucht ist, deckt es gut zu und läßt 1 Stunde auf schwachem Feuer dämpfen.

Aus „Bruschga" von Frau Wiget-Thoma.

Salzgurken-Salat. Große Salzgurken werden in feine Scheiben geschnitten und mit etwas fein geschnittener Zwiebel und gutem Salatöl vermischt. Man läßt diesen Salat, der sich einige Tage hält, vor dem Auftragen ein wenig ziehen.

Weiße Bohnen an einer Sauce. 30 Gr. Mehl, 30 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 3 Deziliter Fleischbrühe oder Bohnenwasser, Zitronensaft. Die weichgekochten weißen Bohnen werden in folgender Sauce aufgekocht: das Mehl und die feingeschnittene Zwiebel werden in dem Fett gelblich gedünstet, mit Fleischbrühe oder Bohnenwasser abgelöscht und nachdem die Brühe kocht, die Bohnen hineingegeben. Die Sauce wird mit etwas Essig oder Zitronensaft gesäuert und mit Pfeffer und Muskatnuß gewürzt. Aus „Gritli in der Küche".

Kartoffelgemüse mit Lauch. Passen zu jedem Fleisch, auch zu Eierspeisen. Rohe Kartoffeln werden geschält und halbiert, dann mit Wasser oder Fleischbrühe und etwas Butter oder Bratenfett mit einigen in Scheiben oder Rädchen geschnittenen Lauchstengeln und dem nötigen Salz aufs Feuer gesetzt. Die Flüssigkeit darf ziemlich einkochen, bis die Kartoffeln weich sind. Sie können auch im Ofen in einer Kasserolle oder in einem Topfe zugedeckt weich gedämpft werden. Diese einfache Zubereitung ist sehr schmackhaft.

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

Kirschenkompott nach Engadiner Art (Paiver). Man backt 1 Cm. dicke Brotscheiben in heißem Fett gelb und legt sie in eine tiefe Schüssel nebeneinander. Gedörrte schwarze Kirschen werden in Wasser weich gekocht, durchgesiebt und auf die Brotschnitten gelegt. Dann wird mit alkoholfreiem Wein, Zucker und Zimt die Sauce weiter gekocht und über das Ganze gegossen. Das Gericht wird kalt gegeben. Aus „Kochrezepte bündn. Frauen".

Kriegsbiskuit. Je 1 Tasse Grießzucker, Maisgrieß, Mehl, Milch, Rahm (den man sich während einigen Tagen von der Milch abnehmen kann), 1 Ei, 1 Messerspitze Vanillezucker werden gut miteinander vermischt und zuletzt 1/2 Päckchen Backpulver daruntergerührt. Diese Masse wird in einer Springform gut gebacken und ergibt einen sehr nahrhaften Kuchen. H.

Gesundheitspflege.

Ein Übel, das dem Arzt häufig geklagt wird, ist die zu große **Trockenheit der Gesichtshaut.** Der Zustand kann beruhen auf einer angeborenen mangelhaften Tätigkeit der Talgdrüsen oder ist durch Anwendung unzweckmäßiger Mittel verursacht, die der Haut den Fettschutz entziehen. Ein solches Gesicht zeigt eine geringe kleienförmige Abschilferung, die bisweilen mit Brennen und lästigem Spannungsgefühl verbunden ist.

Zur Behandlung empfiehlt Dr. Kann in seiner „Hautpflege": Hartes Wasser wird durch Kochen zum Gebrauch geeignet gemacht, als Zusatz sind zwei Eßlöffel Glyzerin oder Borax nützlich. Von Seifen kommen nur milde, neutrale Fabrikate in Betracht. Bei starker Empfindlichkeit wird es nötig sein, vor und nach der Seifenwaschung die Haut einzufetten, bisweilen sogar dieselbe eine zeitlang ganz auszusetzen und zur Reinigung Milch oder Ölabreibung zu benutzen.

Während der Nacht kann die Haut mit etwas Lanolin eingefettet werden, am Tage genügt Mattan, das nicht sichtbar ist. Ist damit das Übel nicht beseitigt, so empfiehlt sich die Anwendung einer etwa zweiprozentigen Salbe von weißem Quecksilberpräzipitat, in hartnäckigen Fällen bewährt sich vortrefflich der Teer, der heute fast farblos und geruchlos geliefert wird.

Krankenpflege.

Zu den Veränderungen im Seelenleben, welche die Grundlage zu geistiger Erkrankung bilden, gehören u. a. die geistigen Hemmungszustände.

Dr. Engelhorn schreibt darüber in seinem Samariterbuch:

Diese Zustände bestehen in der seelischen Depression, die sich äußern kann als schwere Melancholie mit oder ohne Störungen der Vorstellung. Das Gefühl der gänzlichen Verlassenheit, die innere Verzweiflung und der unüberwindliche Druck der Seele unterscheidet sich als krankhaft vom gewöhnlichen Kummer oder von der Sorge dadurch, daß der Zustand fortdauert, wenn der Gegenstand der Sorge weggenommen wird. So wird z. B. eine um ihr krankes Kind sich sorgende Mutter sofort heiter und getröstet sein, wenn der Arzt es ihr genesen wieder an die Brust legen kann, während die geisteskranke, von Melancholie befallene Frau an die Genesung des Kindes nicht glaubt und in ihrer Seelenqual verharrt; so wird einer, der von Sorgen um seine Existenz gequält ist, von diesen sofort befreit, wenn man ihm tausend Franken schenkt oder ihm sonst einen Weg zeigt, auf dem er seine Lage verbessern kann, während der an Verarmungswahn Leidende trotz aller Reichtümer, die er besitzt oder die man ihm bietet, aus der Niedergeschlagenheit seines Wesens nicht herauszubringen ist.

Bei dieser Depression und melancholischen Verstimmung verfällt der Kranke mitunter in äußerste Angst und Seelenqual, und in Verkennung des Wertes, den das Leben besitzt, sucht er sich dessen zu entäußern und häufig genug ist ein solcher Selbstmordstrieb die hauptsächlichste Ursache, den Kranken in eine Anstalt zu verbringen.

Neben der schmerzhaften Depression beobachten wir als geistigen Hemmungszustand eine seelische Gebundenheit in Form von geistiger Schwäche, und da bei ihr nicht selten die Vernunft in Fesseln geschlagen ist, so ist diese nicht imstande, krankhafte Triebe zu beherrschen. Willenlos folgt der Kranke allen auf ihn einstürmenden Trieben, wie dem Stehltrieb und dergleichen.

Gartenbau und Blumenkultur.

Unsere Zimmerpflanzen im Winterquartier. Eine ganze Reihe unserer beliebtesten Zimmerpflanzen bedürfen im Winter vollständiger Ruhe in kühler Temperatur, um dann im kommenden Frühjahr von neuem zu treiben und im Sommer durch üppigen Wuchs zu erfreuen. Das heißt also mit anderen Worten: sie können nicht wie während des Sommers eine Zierde unseres Zimmers bilden, da sie infolge der Ruheperiode keinerlei neue Triebe entwickeln und ein mattes, kränkliches Aussehen zeigen.

Dazu gehören vor allen die Fuchsien, Hortensien, Pelargonien, Nelken u. s. w. wie fast alle Kalthauspflanzen. Am besten sind sie in einem ungeheizten, aber frostfreien Raume zu überwintern, wozu sich auch der Keller, wenn die Temperatur nachts nicht unter 12 Grad Celsius sinkt, zu rechnen ist. Meist werden sie dann nach und nach ihre Blätter verlieren und sollen nur dann noch ganz wenig, zuletzt aber gar nicht mehr gegossen werden, da sie während dieser Zeit der Ruhe keinerlei Nahrungsbedarf haben. Um nun nicht im Winter völlig ohne Zimmerschmuck zu sein, sollte die schönheitsliebende Hausfrau rechtzeitig für geeignete Winterblüher sorgen, zu denen in erster Linie Alpenveilchen und Primeln gehören. Doch muß beim Aufstellen derselben in nächster Nähe des lichtdurchfluteten Fensters dafür Sorge getragen werden, daß sie weder von Zugluft noch Frost, selbst auf kurze Dauer getroffen werden können. Am besten ist es, Blumentisch, -krippe oder verstellbares Blumenbrett am Fenster, zum Schutze gegen Abkühlung des Nachts vor dem

Zubettgehen von der Fensterseite aus mit einem großen Bogen starker Pappe oder Packpapiers zu schützen, die am Morgen rasch weggenommen und zusammengerollt ist. Ferner muß bei der Pflege der Winterpflanzen dem Gießen größte Aufmerksamkeit gezollt und am besten Wasser verwendet werden, das „abgestanden", d. h. den ganzen Tag über der Zimmertemperatur ausgesetzt war. Weiter muß durch reichliches Besprühen mit solchem Wasser und Abwaschen breiter Blattflächen mit feinem Schwämmchen der Staubansammlung vorgebeugt werden.

Schwierig ist die Aufzucht und Pflege der Azaleen, Kamelien u. s. w., sie müssen ebenfalls kühl, wie die überwinterten Pflanzen stehen, einen hellen, frostfreien Standort haben, je nach Bedarf gegossen werden und erst, wenn die Knospen dicker anschwellen, in ein etwas wärmeres Zimmer gebracht werden. Am besten eignet sich ein solches, das vom Nebenraum aus mit erwärmt wird. Bei direkt geheiztem Zimmer, fallen oft zur unangenehmen Überraschung der Pflegerin sämtliche, so verheißungsvoll angesetzten Knospen ab. — Schließlich sei noch erwähnt, daß man im Winter jedes Düngen unterlassen sollte, da es meist der Anlaß zu Erkrankungen der Pflanzen ist.

Frage-Ecke.

Antworten.

102. Die Firma Gebrüder Sturzenegger, à la Ménagère in St. Gallen verkauft eine **Auswringmaschine** „Remlu", die ich Ihnen bestens empfehlen kann. Wir haben eine solche Maschine seit zwei Jahren im Gebrauche, hatten nie eine Reparatur und — was auch ein Wort spricht, — es werden keine Knöpfe beschädigt. Preis vor dem Kriege ca. Fr. 60. E. K.

103. Das Sonderheft der Woche: „**Hausgärten**", Skizzen und Entwürfe aus dem Wettbewerb der Woche, besonders der Anhang: „Entwürfe für Gartenteile" könnte Ihnen gewiß Anregung geben. Preis ca. 3 Fr. Vielleicht finden sich auch passende Entwürfe im Gewerbemuseum Zürich. Auf jeden Fall sollte das Gartenhäuschen im Stil und wenn möglich im Material mit dem Wohnhaus übereinstimmen, ebenso muß es mit der nähern und weitern Umgebung des Gartens im Einklang stehen. Prüfen Sie gut! Es kommt nur zu oft vor, daß ein Gartenhaus störend wirkt, und schon mancher Erbauer wünschte sich sein Werk ins Pfefferland!

Muß es durchaus ein Gartenhaus sein? Sofern Ihr Wohnhaus eine Veranda besitzt, könnte vielleicht eine hübsche, immergrüne Nische aus Thuja oder Taxus (geschnitten) genügen. Allerdings könnte sie Ihnen nur bei schönem Wetter zum Aufenthalt dienen. Dafür hätte sie den Vorteil, rasch und wohlfeil erstellt zu sein und in den meisten Fällen gefällig zu wirken. Sollte es Ihnen jedoch zu lange dauern, bis das grüne Gartenhaus „gewachsen" wäre, so wird das andere aus totem Material besser dienen. Ein tüchtiger Fachmann (Gartenarchitekt), dem Sie die Örtlichkeit zeigen, wird Ihnen am besten raten können. M. H.

104. Für **Kürbismarmelade** kommen die Speisekürbisse in Betracht. A.

105. Rollen Sie die Unterlage auf einen Stab, nachdem Sie sie in 2 Teilen Wasser und 1 Teil Ammoniakwasser eingelegt haben. Durch dieses Verfahren werden **Gummisachen** wieder elastisch und weich. Sie können solche auch nur in lauwarmes Wasser legen und nach und nach heißes hinzugießen. Gummigegenstände sollen nie in kalten oder zugigen Räumen aufbewahrt werden, wenn sie ihre Elastizität erhalten sollen. F.

106. Es kommt auf die Bearbeitung und Düngung an! Die **Landparzellen**, die jährlich auch in der Nähe größerer Städte verpachtet werden, liefern Gemüse für 4—6 Personen und es kann bei richtiger und rechtzeitiger Verwertung auch genügend Vorrat für den Winter sterilisiert oder auf anderem Wege haltbar gemacht werden. J.

107. Muß man durchaus einen Ersatz für **Butter** haben? Ich las kürzlich von einer Mischung, die aus 100 Gr. Butter und einem halben Liter Milch hergestellt wird und der Butter im Geschmack natürlich ähnlich sei. Man kann diesen Mischungen im Sommer auch Grünes beifügen. Manche lieben eine kleine Zugabe von Salz. W.

Fragen.

108. Wie reinigt man **Gipsbilder** und **Klaviertasten**? Bernerin.

109. Wie kann man dem **Mais** den eigentümlich herben Geschmack nehmen, der nicht jedermann zusagt? Was für Gewürze wurden als Beigabe schon erprobt? Hausfrau.

110. Warum verhalten sich viele Frauen den Neuerungen gegenüber so ablehnend? Ich beobachte, daß mancher Mann mehr Verständnis hat für praktische **Hausführung**, als seine Frau. Woher kommt das? Leserin in B.

111. Gibt es auch Ausbildungsgelegenheiten für **Spetterinnen**? Ich beobachte, daß jede Frau, die keinen andern Erwerb mehr ausüben kann, sich mit Waschen und Putzen durchs Leben bringen will, ohne immer die auch für diese Arbeit nötigen Kenntnisse mitzubringen. Und doch lassen sie sich von tüchtigen Hausfrauen nicht gerne befehlen! H.