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

Band: 24 (1917)

Heft: 15

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. 15. XXIV. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern Zürich, 21. Juli 1917.

Schlage nur mit der Wünschelrut'
An die Felsen der Herzen an;
Ein Schatz in jedem Busen ruht,
Den ein Verständiger heben kann.

Rückert.

Die Gelatine im Haushalt.

(Nachdruck verboten.)

Gelatine als Nahrungsmittel wird sehr wenig beachtet und doch ist ihre Verwendung schon alt.

In China und Japan ist sie seit 2000 Jahren als Blutstillungs-, Heil- und Stärkungsmittel sehr geschätzt. — In Europa wurde sie im 17. Jahrhundert eingeführt. Zur Zeit Napoleons I. erhielt die Armee stets eine Zugabe von Gelatine zur Nahrung. Auch in den öffentlichen Suppenanstalten fand sie viel Verwendung.

Naturforscher und Ärzte, wie Liebig, Bischoff, Voit, Senator u. a. m. haben sich stets für den Gebrauch der Gelatine verwendet. Sie findet aber als Heilmittel mehr Beachtung wie als Nährmittel. Als ersteres wird sie bei äußerlichem Gebrauche zu Verbandzwecken benützt; innerlich bei Reizzuständen des Darmes, inneren Blutungen &c. Prof. Senator weist hauptsächlich auf ihre ausgezeichnete Wirkung bei fieberhaften Krankheiten hin. Vor großen Operationen geben viele Ärzte ihren Patienten eine größere Menge Gelatin, da sie das beste Mittel zur Verhinderung von Blutungen ist.

Weniger bekannt ist, daß die Gelatine auch ein ausgezeichnetes Nährmittel bildet. Welche köstliche Abwechslung könnten gerade diese kalten Speisen im Sommer in unsere Speisezettel bringen, die oft mit so großer Mühe zusammengestellt werden.

Die Gelatine ist ein durch Kochen von leimgebenden Substanzen: wie Knochen, Knorpeln, Sehnen, Bindegeweben von Schweinen, Kälbern &c. fabrikmäßig in Mengen hergestellter Leim. Sie besteht hauptsächlich aus Glutin und geringen Mengen Chondrin. Der tierische Leim ist ein dem Eiweiß ähnlicher Stoff, kann dieses also fast vollständig ersetzen.

Des faden Geschmackes wegen ist Leim für sich allein keine Nahrung. Aber in Verbindung mit Gemüse, Fleisch, Obst, erzielt man damit nahrhafte und schmackhafte Speisen.

Die beste Sorte Gelatine ist Grénétine, aus Kalbsfüßen und Häuten junger Tiere bereitet. Durch das Abdunsten der geklärten Gallerte bis zu einer gewissen Konsistenz erhält man nach dem Erkalten getrocknete Gallerte. (Suppen- oder Bouillontafeln). Sie ist vollständig farb- und geschmacklos und wird in der reinsten Form für Küchenzwecke verwendet.

Hausenblase: Fischleim (aus der innern Haut der Schwimmblase des Hausens bereitet) bildet beim Erkalten eine farblose Gallerte und dient zum Klären von Wein, Bier &c.

Agar-Agar: Chinesische Hausenblase, ergibt eine gute haltbare Gallerte, sie ist

in Form von vierkantigen, lockern Stangen erhältlich.

Das Auflösen der Gelatine geht am besten vor sich, wenn die Blätter einige Minuten in frischem Wasser eingeweicht werden. Sie lösen sich dann schnell und werden hierauf der kochend heißen Flüssigkeit unter beständigem Rühren zugesetzt. Läßt man die Gelatine einige Sekunden kochen, so wird sie auch genügend klar und macht so das Klären mit Eiweiß, das teuer und zeitraubend ist, unnötig.

Klären mit Eiweiß: Ein Eiweiß wird mit ein wenig Brühe zerschlagen, nach und nach unter beständigem Umrühren mit der gesamten Flüssigkeit vermischt, zum Kochen gebracht und unter langsamem Sieden klar werden lassen. Durch ein Tuch passieren und das Gelee langsam ablaufen lassen.

Maximalzusatz von Gelatine zu warm genossenen Brühen: pro Liter Flüssigkeit 15—20 Gr. Gelatine oder auf 1 Liter Suppe 5 Blatt. Zu Sulzen von Gemüse, Pilzen, Fleisch &c. auf 1 Liter Flüssigkeit 14—16 Blatt. Zu süßen Speisen, Obst auf 1 Liter Flüssigkeit 12—14 Blatt.

Um den Leimgeschmack nicht hervorhebend zu machen, soll nicht mehr Gelatine als notwendig gebraucht werden. Ein längeres Stehenlassen an kaltem Orte wird die Festigkeit heben. Je kälter der Aufbewahrungsort, desto schneller wird das Gelee fest.

Um die Geleespeisen gut aus der Form zu bringen, taucht man sie in lauwarmes Wasser, trocknet die Form schnell ab und stürzt sie unter festem Schütteln auf die Platte.

Für alle nachstehenden Rezepte können Speiseresten von Fleisch, Gemüse, Obst &c. verwendet werden. Ebenso soll stets Kartoffel- und Gemüsewasser dafür benutzt werden.

Suppen.

Das Wasser von Salzkartoffeln oder Spinat, Blumenkohl &c. wird mit einem Rest Bratensauce aufgekocht, 1—2 Löffel Hafermehl werden mit kaltem Wasser angerührt und mit einem Bouillonwürfel hinzugegeben. Dann wird auf 1 Liter Suppe 5 Blatt Gelatine in die heiße Flüssigkeit gerührt, läßt einen Augenblick aufkochen und stellt die Suppe in die Kochkiste.

Auf dieselbe Weise ist Mehl, Gersten-, Mais- und Grünkernmehl, je nach den übrig gebliebenen Speiseresten damit zu vermengen.

Sulzen von Fleisch, Gemüse, Pilzen etc.

Bei den Sulzen muß längeres Kochen der Gelatine vermieden werden. Übrig gebliebene Gemüseresten, wie Blumenkohl, Karotten, Bohnen, Sellerie, Erbsen, Lauch &c. werden in Scheiben und Streifen geschnitten. Benötigt man frische Gemüse, werden sie in gesalzenem Wasser gut aufgekocht und längere Zeit zum Weichwerden in die Kiste gestellt. In letzterem Fall verwendet man das Gemüsewasser zu der Sulze; werden Resten gebraucht, kocht man 1/2 Liter Wasser mit einem Bouillonwürfel auf, gibt etwas gehackte Petersilie, Salz und Essig hinzu, sowie 7—8 Blatt weiße Gelatine und kocht rasch auf. Dann wird die Flüssigkeit recht schnell zum Erkalten gebracht, das halbstarre Gelee derart in 1—2 Formen gefüllt, daß der Boden gut bedeckt ist. Alsdann legt man ein hübsches Muster von den Gemüsestücken darauf und gießt den Rest des Gelees darüber. Bis zu der Verwendung kalt gestellt, hält sich die Sulze 2—3 Tage.

Sulze von Bratenresten: Roastbeef-, Schweine-, oder Kalbsbratenresten werden fein geschnitten, Kapern und kleine Perlzwiebeln hinzugefügt. 1/2 Liter Knochenbrühe oder Wasser wird mit Bouillonwürfel, Zwiebel, Lorbeerblatt, Petersilie gut durchgekocht, passiert und mit etwas Essig und 4—6 Blatt Gelatine aufgekocht. Wenn ein wenig erkaltet, die Bratenreste darunter gerührt, in kalt gespülte Form gegossen und kalt gestellt.

Süße Gelatinespeisen.

Man achte beim Einrühren darauf, daß sich keine Klumpen bilden. Die Speise soll stets nur kurz aufgekocht, dann vom Feuer gehoben etwas abgekühlt in die kalt

gespülte Form gegossen werden. Zu allen Obstspeisen kann der aufgekochte Saft von Obstschalen und Kernen verwendet werden. Um ein schönes Aussehen zu erzielen, kann rote und weiße Gelatine benutzt werden, aber jede Farbe wird für sich angerührt.

Birnen in Gelee. Gute Kochbirnen werden geschält, in Viertel geschnitten, mit 1 Liter Wasser, dem gewünschten Zucker und Zitronenrinde halb weich gekocht, mit dem Schaumlöffel herausgenommen und hübsch in eine Kompottschüssel geschichtet. Der Saft wird mit 10—12 Blatt Gelatine, nach Belieben halb rot und halb weiß, aufgekocht und halb starr erkaltet über die Birnen gegossen.

Rhabarber in Gelee. 1 Kilo Rhabarberstengel werden sauber gewaschen, in Stücke geschnitten und mit 1 Liter Wasser weich gekocht. Durch ein Sieb gestrichen, Zucker und 12 Blatt Gelatine dazu gegeben und aufgekocht. Unter die erstarrende Masse können noch gewaschene Sultaninen oder Rosinen gemengt werden. In eine Glasschüssel gefüllt und nach Belieben mit fein geschnittenen Mandeln bestreut.

Gelee zur Verzierung von Schüsseln.

Auf 1 Liter klare Flüssigkeit 1/2 Liter Weißwein, 1 Deziliter Estragonessig mit Wurzelwerk, Salz und Pfeffer, läßt man 90 Gr. eingeweichte Gelatine einmal aufkochen, klärt das Gelee mit Eiweiß, färbt es nachher mit etwas gebranntem Zucker goldgelb, passiert und läßt es erkalten. Die Croûtons für Platten erzielt man, indem das Gelee in eine Schüssel gestürzt, in fingerlange Scheiben geschnitten und mit einem Ausstecher ausgestochen wird. Der Rückstand wird gehackt und in Häufchen verwendet. F. K.

Heilkräuter.

(Nachdruck verboten.)

In unserer teuren Zeit wird die Hausfrau darauf sehen, jede Kleinigkeit nutzbringend für die Familie zu verwerten. Nachstehendes soll Anregung geben, wie man auf Spaziergängen das Sammeln der verschiedenen wildwachsenden Heilkräuter, resp. Theearten vornehmen kann, die uns bei rechtzeitiger Anwendung im langen, trüben Winter vor mancher schweren Erkrankung bewahren können, ja uns in vielen Fällen Ausgaben für Arzt und Apotheke ersparen! Unendlich freigiebig ist die Natur und es ist stets zu unserm Heile, sich ihrer Gaben zu bedienen.

Gehen wir an schönen Frühlingstagen am winterkahlen Waldrande spazieren, so grüßen uns als erste Lenzeskinder die goldgelben Blüten des Huflattichs, allgemein bekannt als „Theeblümchen". Sie sind ein ausgezeichnetes Mittel gegen Husten, namentlich bei Kindern beliebt. Den gleichen Dienst erweist uns das wohlriechende Schlüsselblümchen, das allerdings in gewissen Gegenden seltener vorkommt.

Im Mai und Juni gibts mancherlei zu bergen für die Hausapotheke. Da sind die Blütendolden des Holunders; sein Thee bewirkt starke Schweißabsonderung, weshalb er von ausgezeichneter Wirkung ist bei schwerer Erkältung. Der duftende Waldmeister ist eisenreich, sein Genuß ist Blutarmen zu empfehlen. Die Brennnessel, die buchstäblich mit Handschuhen anzufassen ist, gilt als eine unserer hervorragendsten Heilpflanzen. Ihr Thee (ziemlich lange zu sieden) reinigt Lunge, Magen und Gedärme und ist nach Ansicht Kräuterkundiger ganz besonders zu empfehlen bei Darmgeschwüren. Siedet man sie mit Essig, so erhält man ein sehr gutes Mittel gegen Haarausfall. In schattigen Waldwiesen finden wir das Frauenmänteli, dessen fächerförmiges, feingezacktes Blatt wunderbar gut wirkt gegen alle Entzündungszustände.

Ende Juni beginnt der Wegerich zu blühen; seine reizvolle, blaßblaue Blume kennt jedes Kind. Auch er ist ein Darmkraut und besitzt ausgesprochen heilende Kräfte. Deshalb kocht man ihn mit Brennnesseln zusammen; jene reinigt, dieser heilt die Geschwüre aus. Natürlich ist immer ein andauernder Gebrauch des Mittels vorauszusetzen, wenn man wirklich gute Erfolge sehen will.

Im August blüht die rötliche Schafgarbe in Straßengräben und an Wegrändern. Sie findet Anwendung bei katarrhalischen Zuständen aller Art, schädlichen Flüssen und dergl. Das reizende Tausendguldenkraut, das ebenfalls in der Nähe des Waldes zu finden ist, wirkt ausgezeichnet bei Magen- und Leberleiden, sowie gegen Verstopfung. Die gelbblühende Taubnessel, die am besten in schattigen Wäldern gedeiht, ist ein vorzügliches Mittel gegen Steinleiden und Blasenkatarrh; sie lindert und heilt die damit verbundenen furchtbaren Schmerzen. Ebenfalls in feuchten Gräben anzutreffen sind die beiden wohlriechenden Kräuter: Pfefferminze und Thymian; sie wirken schweißtreibend, letztere hat überdies anregende Wirkung bei Schwächezuständen. Das Zinnkraut oder der Schachtelhalm, der sich gern einen Standort mit kiesigem Untergrund wählt, wirkt stark harntreibend und ist bei Nierenträgheit oder Wassersucht anzuwenden. Bei chronischer Nierenentzündung oder Nierenschwäche sind die Hagebutten sehr zu empfehlen. Die harten Samenkörner und die roten Fruchtschalen werden möglichst lange gekocht. Morgens und abends ist von diesem Thee zu trinken.

Eine wunderbare Gabe des Herbstes ist der Wacholder. Als Heilpflanze erster Ordnung wirkt er gegen Flechten, Steinleiden, Hämorrhoiden und bei Harnverkalkung. Sowohl die Nadeln als auch die Beeren finden Verwendung zu Thee. Ebenfalls als Mittel gegen hartnäckige Flechten dient das Heidekraut (auch Erika genannt) und der Storchenschnabel. Beides sind Waldpflanzen und blühen von Sommermitte ab bis zum Spätherbst.

So können wir mit wohlgefüllten Kräutersäckchen, die wir an luftigem Orte aufhängen, dem Winter getrost entgegensehen. Ist auch leider für den Tod kein Kräutlein gewachsen, so doch manches für die Gesundheit. Wald und Wiese bieten uns ihren Reichtum. Die Mühe des Pflückens und Trocknens lohnt sich reichlich. Wer es einmal erfahren hat, wird nie mehr von dieser nutzbringenden Beschäftigung absehen.

G.

Das Konservieren der Früchte durch Einschwefeln.

(Zugleich als Antwort auf Frage 49.)

(Nachdruck verboten.)

Dieses Verfahren, das ich seit Jahren mit Vorliebe anwende, ist meines Erachtens zu wenig allgemein bekannt. Und doch bietet es so viele Vorteile, ist billig, einfach, wenig zeitraubend und absolut gesundheitsunschädlich. Die Früchte halten sich prächtig in Farbe und Geschmack.

Am besten werden dazu Flaschen mit 4—6 Cm. weitem Hals, die in jeder größern Geschirrhandlung zu haben sind, verwendet. Sie kosteten seinerzeit 30 und 60 Cts., halb- und ganzliterig; jetzt kommen sie etwas höher zu stehen.

Ferner benötigt man Schweinsblase, Faßschwefel, ein kleines, älteres Kuchenblech oder flachen Blechdeckel, starken, dünnen Bindfaden, rund zugeschnittene, weiße Papierchen von 6—10 Cm. Durchmesser.

Die Früchte, z. B. Kirschen, werden mit wenig Zucker in der Pfanne vorgekocht, wie man sie z. B. als Kompott liebt, doch so, daß sie nicht zerkochen, und werden dann siedend oder doch ganz heiß in die Gläser gefüllt.

Dies geschieht am besten folgendermaßen: Die Pfanne mit den fertig gekochten Früchten hält man auf ganz kleinem Feuer bereit und gießt davon jeweilen die Portion, die man für ein Glas braucht, in ein kleines, gut zu handhabendes Pfännchen. Auf dem Küchentisch hat man alles benötigende zurecht gelegt: die nasse, ausgerungene Schweinsblase, Bindfaden, Schwefelstückchen, Papier, Schere, Zündholz.

Auf dem Kuchenblech zündet man ein Stückchen Schwefel an, stülpt das trockene Glas mit der Öffnung nach unten über die Flamme, so daß der Glasrand überall gut aufruht, bis der Schwefeldunst sich überallhin verteilt hat. Dann kehrt man

das Glas schnell um, legt einen silbernen Löffel ein, um das Springen zu verhüten, gießt die heißen Früchte ein bis unter den Hals, und fügt in diesen eines der zugeschnittenen Papierchen, derart, daß ein kleines, angezündetes Stückchen Schwefel darauf zu liegen kommt, ohne die Früchte zu berühren.

Sofort spannt man nun unter festem Ziehen über die Flaschenöffnung ein Stück der Schweinsblase und bindet fest zu. Im Verlauf von wenigen Minuten soll sich die Blase ein wenig nach unten senken.

Sichere Hand und Schnelligkeit bürgen bei diesem Verfahren*) für gutes Gelingen. Es braucht dazu wie zu jeder ungewohnten Arbeit einige Übung. Wer diese aber einmal besitzt, wird erstaunt sein, zu sehen, in wie kurzer Zeit eine Anzahl Gläser fertiggestellt sind, besonders wenn zwei Personen sich in die Hände arbeiten.

Die Früchte lassen sich auf diese Weise auch ohne Zucker aufbewahren zu späterer Verwendung für Konfitüre.

Es können auch gewöhnliche Flaschen mit weitem Hals oder kleinere Konservengläser für diese Art des Einmachens Verwendung finden. R. B.

*) Aus Fachkreisen wird uns mitgeteilt: „Es ist das eine alte Methode, die in dem Kochenbeinfüllen wiederum in der neuern Broschüre, die das Schweizerische Volkswirtschaftsdepartement herausgibt, aufgenommen worden ist. Wir verbinden nicht mehr mit Schweinsblase oder Pergamentpapier, weil dieser Verschluß kein luftdichter ist, sondern mit Kork. Statt daß wir den Flaschenhals ausschwefeln und während dem Brennen des Schwefels die Flaschen zubinden, stellen wir heute die heißeingefüllten Flaschen rasch auf den Kopf und dadurch erreichen wir auch die Sterilisation des Flaschenhalses.“ Die Red.

Haushalt.

Was die Hausfrau beim Gemüseeinkauf beachten sollte.

Kartoffeln sollen mittelgroß, entweder gleichmäßig rund, eiförmig oder oval sein. Wer gern mehlige will, kauft meistens besser rote oder weiße; die gelben pflegen fester zu sein. Hauptsache ist, daß die Augen möglichst flach liegen und die Kartoffel glatt ist.

Daß Weiß- und Rotkohl, Wirsing, auch die Rosen des Rosenkohls fest und dicht geschlossen sein sollen, ist bekannt. Ein dünner Strunk deutet auf feine Blattrippen. Ist das Mark des Strunks an der Schnittstelle hart, dann kochen sich auch die Rippen schlecht. Klingt der feste Kopf beim Anklopfen mit dem Knöchel hohl, ist er trotz des äußeren Aussehens wenig ergiebig.

Karotten sind um so besser, je feiner sie bewurzelt und je lebhafter das Rot der Färbung ist. Unsere Hausfrauen trachten immer nach dem, was durch Dicke und Größe auffällt. Ihr Streben sind dicke Spargel, große Äpfel, lange Rhabarberstiele. Darin haben sie unrecht. Mittelware ist bei Obst und Gemüse im allgemeinen am feinsten und im Ankauf — am vorteilhaftesten. A. J.

Gemüse bringt man sofort nach dem Einkauf unter die Wasserleitung oder unter den Brunnen, benäßt sie gehörig, läßt abtropfen und verwahrt sie möglichst in einem Topf auf, den man nur mit einem Bogen Papier oder einem Leinentuch bedeckt.

Früchte jeder Art schützt man am besten vor dem Welkwerden, wenn man ein reines Tuch in kaltem Wasser auswindet, eine große Schüssel damit auslegt und die hineingeschütteten Früchte mit den vier feuchten Zipfeln bedeckt. Von Zeit zu Zeit besprengt oder besprüht man das Tuch von oben mit Wasser, wodurch die Früchte frisch bleiben.

Zitronensaft sterilisieren. Gegenwärtig werden die Zitronen massenhaft zu billigem Preis angeboten. Die Hausfrau lasse sich diese günstige Gelegenheit zum Einkauf der wertvollen Früchte nicht entgehen. Die Zitronenschale, von der ganzen Zitrone fein abgeschält, kann leicht an der Sonne gedörrt, später nach Belieben abgerieben oder fein zerhackt Backwerk beigefügt oder in Stücken zum Kochen von Obst verwendet werden. Der Saft gibt dem Salat einen viel feinern Geschmack als Essig, und macht erstern dem Magen viel zuträglicher. Zitronensaft mit Zucker und wenig Sacharinwasser vermischt, ist eines der erfrischendsten Getränke für Gesunde und Kranke. Durch Sterilisieren läßt er sich leicht haltbar machen. Die Zitronen werden ausgepreßt, der Saft durch ein feines Leinentuch gesiebt und 3—4 Tage an einen kühlen Ort gestellt, dann 2—3 Mal durch ein Tuch filtriert. Letzteres ist nötig, damit alle Fleischteilchen zurückbleiben, denn diese machen den Saft bitter. Der Saft wird in kleine Flaschen oder Gläser bis 2 Cm. an den Rand gefüllt, diese mit einem ausgekochten Kork, den man festbindet, verschlossen und bei 60—70 Grad 30 Minuten sterilisiert. Die Temperatur soll nicht höher sein, da der Saft leicht bitter wird. H.-E.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Königinsuppe, *Tomaten mit Fisch gefüllt, Bratkartoffeln, Kirschkuchen.

Montag: Grüne Suppe, †Kalbsherz und Lunge mit Reis, Kopfsalat.

Dienstag: *Spätzlisuppe, *Mischgemüse, Käsknöpfli.

Mittwoch: Geröstete Grießsuppe, Hackbraten, *Bohnensalat.

Donnerstag: Käsesuppe, †Gemüseküchlein, Kirschenkompott.

Freitag: Einlaufsuppe, †Gurken mit Sanginapüree, *Maispfluten.

Samstag: †Minestra, †Geröstete Haferflocken, Rhabarber- oder Heidelbeerkompott.

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.

Spätzli-Suppe. In 1—2 Löffeln Fett dämpft man feingeschnittene Zwiebeln, wenn sie anfangen, gelb zu werden, gibt man in Dünkli geschnittenes altbackenes Brot dazu, röstet noch ein Weilchen und gibt sie dann in die Suppenschüssel. Wenn die Spätzli fertig gekocht und aus dem Wasser herausgehoben sind, gibt man die Kochbrühe über die Dünkli und erhält eine gute Suppe, die man noch mit Petersilie oder Schnittlauch würzt. Aus „Was koche ich morgen?"

Tomaten mit Fisch gefüllt. Für 4 Personen. 8 gleichmäßig große reife Tomaten, 500 Gr. gekochter See- oder Flußfisch, 2 Eßlöffel Fett, 1 Zwiebel in Würfel, 6 Eßlöffel Mehl, 1 Liter Wasser oder Brühe, 1 Eßlöffel Salz, 4 Pfefferkörner, 2 Gewürzkörner, 1 Nelke, 1/4 Lorbeerblatt, 1 Prise Zucker. Die Tomaten werden gewaschen, von jeder einen Deckel abgeschnitten, das Innere ausgehöhlt, ohne durchzustechen. Das Fett wird zerlassen, Zwiebelwürfel und Tomatenabfälle darin gedünstet, Mehl darübergestreut, mit durchdünsten lassen, Wasser oder Brühe, Salz und Gewürze hinzugefügt, 10 Minuten kochen lassen, durchgießen und abschmecken. Der in Stückchen zerlegte Fisch wird von Haut und Gräten befreit, mit der Hälfte der Sauce vermengt, in die Tomaten gefüllt, der Deckel darauf gelegt und die Tomaten in der übrigen Sauce langsam 1/2 Stunde geschmort. Bratkartoffeln passen am besten hierzu.

Aus „Nahrhafte Kost".

Mischgemüse. Wird sehr warm aufgetragen. Man kocht einen größern oder einige kleine Blumenkohl, eine Portion in Scheibchen oder Stängeli geschnittene Karotten oder rote Rübli, eine ebensolche Portion in Scheiben (nicht zu dünn!) geschnittene Kartoffeln in leichtem Salzwasser weich. Von einem Stückchen Butter oder Kochfett, ca. 2 Löffel Mehl, etwas Milch und dem Gemüsewasser bereitet man eine weiße Sauce, der man zur Verbesserung einen Maggiwürfel oder etwas Fleischextrakt, sowie einige Löffel geriebenen Emmentalerkäse beifügt (sie muß dickflüssig sein). Nun richtet man auf gut erwärmte Schüssel in der Mitte erhöht den Blumenkohl an, darum herum einen Kranz von Rübli und außen herum einen Kranz von Kartoffeln, bestreut alles noch mit Käse und gießt die Sauce über alles. Sehr schmack- und nahrhaft. Das Gemüsewasser wird zur Suppe verwendet.

E. M.-H.

Maispfluten. 3/4 Liter Wasser, 180 Gr. Mais, 1 Kaffeelöffel Salz, 2 Zwiebeln, etwas Petersilie, einige Blättchen Majoran, 50 Gr. Speck. Der Mais wird in das kochende Wasser eingerührt, zugedeckt und 1 Stunde in die Kochkiste gestellt. Unterdessen werden Zwiebeln, Petersilie und Majoran fein verwiegt, der Speck wird in 1/2 Cm. große Würfelchen geschnitten und alles zusammen leicht gedünstet. Man vermischt dies mit dem Mais und sticht mit einem Eßlöffel Pfluten ab. Dieses Gericht kann man zu grünem Salat geben, oder eine Kapernsauce dazu servieren. Es eignet sich auch als Beigericht zu grünen Gemüsen.

E. N.

Rhabarberreis. 1 Kilo Rhabarber, 3 Eßlöffel Zucker, Zitronenschale, 200 Gr. Reis, 1 Tasse Wasser, 1/2 Liter Milch, 1 Messerspitze Natron, Zucker und Zimt. Die Rhabarber werden gewaschen, geschält, in kleine Stückchen geschnitten, mit Zucker und abgeriebener Zitronen- oder Orangenschale vermischt, 1—2 Stunden beiseite gestellt. Der Reis wird erlesen und auf einem Tuch abgerieben und mit Wasser zum Aufquellen auf schwaches Feuer gesetzt. Dann fügt man die Milch zu und wenn diese zur Hälfte aufgenommen ist, gibt man etwas Natron und hierauf die Rhabarberstückchen mit samt dem daran befindlichen Saft bei, läßt alles zusammen nochmals zum Kochen kommen und stellt es noch 1—2 Stunden in die Kochkiste, unter die Dampfhaube oder 1/4 Stunde auf ganz schwache Flamme. In letzterem Falle muß aber häufig aufgerührt werden, weil das Gericht leicht ansitzt. Es wird auf der Platte noch mit Zucker und Zimt bestreut. Um es kalt z. B. als erfrischende Abendspeise zu genießen, füllt man es in vorher mit kaltem Wasser ausgespülte Tassen oder Formen, stellt diese in den Keller und stürzt sie vor Gebrauch.

Sehr schmackhaft dazu ist Erdbeer- oder Himbeersaft. Reste dieser Speise werden mit Mehl, etwas Milch, 1 Ei oder 2 Theelöffel Ovolactal vermischt, in der Eisenpfanne zu großen Kuchen oder kleinen Küchlein im heißen Fett gebacken und mit Zucker und Zimt bestreut, serviert. H.

Bohnensalat. Grüne Bohnen werden in kochendem Salzwasser weich gesotten und auf ein Sieb geschüttet. Das Bohnenwasser nimmt man zur Suppe. Dann wird ein Kaffeelöffel voll fein gehacktes Bohnenkraut oder Estragon, Petersilie mit Salz, Öl, Essig und gehackten Zwiebeln vermischt, mit den Bohnen vermengt. Man kann statt Zwiebeln auch Schnittlauch nehmen oder die Salatschüssel mit einer Knoblauchzinke einreiben.

Aus „Was koche ich morgen?"

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Johannisbeermus mit Rübenzusatz. Bei der sauren Johannisbeere ist die Milderung durch die süße Rübe besonders angebracht. Die Rüben werden roh gerieben und dann zusammen mit den Beeren eingekocht. Will man das Mus kernlos haben, so treibt man es durch ein Haarsieb, nachdem Beeren und Rüben eine Weile miteinander gekocht haben. Dann erst wird wenig Zucker beigefügt, nicht mehr als zu angenehmer Süße erforderlich, und das Mus eingedickt. Sollte sich nach einigen Tagen auf der Oberfläche Feuchtigkeit zeigen — ein Zeichen, daß nicht genug eingedickt ist —, so muß man das Mus nochmals durchkochen.

Kirschmus ohne Zucker, sog. Kirschkreide. Halb süße, halb saure Kirschen werden nach dem Entkernen durch die Hackmaschine gedreht, beim Aufkochen einige Kellen Saft fortgenommen und dann das Mus ohne jede weitere Zutat so dick eingekocht, daß, wenn man mit dem Löffel eine Rinne am Boden entlang zieht, sich diese nicht mehr schließt. Das Mus wird in Steinguttöpfe gefüllt und in den Bratofen gestellt, damit es oben eine Kruste bekommt. Es ist von vorzüglichem Geschmack und bester Haltbarkeit. Beim Gebrauche verrührt man es mit etwas heißem Wasser und kann es auch in entsprechender Verdünnung zu Saucen für Süßspeisen benutzen.

Aus „Die fleischlose Küche in der Kriegszeit".

Pilzextrakt, eine vortreffliche Würze für Suppen, Saucen und Mischgerichte kann man aus allen noch frischen, wurmfreien Pilzabfällen aller eßbaren Arten zusammen herstellen. Man kocht sie dazu verdeckt im eigenen Saft, gießt diesen ab und kocht sie nun nochmals mit kaltem Wasser gut aus. Dann kocht man die Pilzbrühe zusammen mit Salzzusatz zu dickem Saft, füllt ihn in kleine Glasflaschen, verkorkt und verlackt oder verbindet sie. M.

Bohnen roh, in Flaschen eingemacht. Die sauber gewaschenen Bohnen werden mit trockenem Salz überstreut und während 24 Stunden stehen gelassen. Hiefür sind nur frisch geerntete junge Bohnen zu benutzen. Auf 1 Kilo Bohnen rechnet man 100—120 Gramm Salz. Die Bohnen werden möglichst fest und die Flaschen ganz voll eingefüllt. Der Flaschenhals ist dann trocken auszureiben. Mit weichgekochtem oder weichgedrücktem Kork wird die Flasche verschlossen und paraffiniert. Das Paraffinieren ist sorgfältig vorzunehmen und darauf zu achten, daß der Kork vollständig mit einer Paraffinschicht überzogen ist. In dieser Weise aufbewahrt, behalten die Bohnen den Geruch und Geschmack roher, frischer Bohnen. Sie müssen aber beim Zubereiten für den Tisch erst weichgekocht werden. Wir machen hier speziell darauf aufmerksam, daß dieses Weichkochen verhältnismäßig lange (für 1 Kilo volle 1½ Stunden) dauert. Man benutzt daher am besten die Kochkiste.

Gartenbau und Blumenkultur.

Die silberweiße Pariser Sommerzwiebel.

Oft hat die Hausfrau oder Küchenfee im Sommer keine Zwiebeln mehr. Die alten Vorräte sind aufgebraucht oder die noch vorhandenen Büschel im Keller oder in der Speisekammer sind ausgewachsen und weich geworden und die im zeitigen Frühjahr gemachten Zwiebelsaaten und Pflanzungen sind noch nicht erntereif. Im Lebensmittelladen sind die Zwiebeln aber nur zu sehr hohen Preisen erhältlich. Und doch ist die Zwiebel bei der Zubereitung der verschiedenen Speisen unentbehrlich; sie macht die Fleisch- und die Gemüsekost kräftig, wohlschmeckender und deshalb auch verdaulicher.

Um schon im Monat Juni eigene Zwiebeln ernten zu können, wird im Juli-August auf ein abgeerntetes Oberkohlraben-, Erbsen- oder Zwergbohnenbeet die silberweiße Pariser Zwiebel ausgesät. Der Boden wird vorerst gut gegraben, mit Holzasche gedüngt und mit dem Kräuel das Saatbeet bearbeitet. Die Aussaat erfolgt breitwürfig, 5—6 Gr. Samen per Quadratmeter. Nachdem der Samen mit dem Gartenrechen leicht eingehackt ist, wird die Oberfläche des Bodens mit der flachen Schaufel oder mit dem Klopfbrett fest angedrückt.

Mitte September wird die Saat auf 10 bis 15 Cm. Abstand verdünnt, die so erhaltenen Zwiebelpflanzen benützt man zur Bestellung eines weiteren Beetes, indem die Setzlinge in sechs Reihen verpflanzt werden. Diese halten den Winter über ohne Bedeckung im Freien aus. G. L.

Tierzucht.

Grünfutter für die Hühner. Das Huhn ist von Haus aus ein Weidetier und bedarf zu seiner Erhaltung auch heute noch Grünfutter. Da, wo die Tiere Auslauf ins Freie haben, finden sie alles was sie brauchen. Schlechter ist schon der Züchter dran, der die Tiere in Volièren halten muß. Da hilft alles Ansäen nichts, binnen kurzem ist alles bis auf das letzte Spitzchen Gras verzehrt, ein Beweis, wie sehr die Hühner des Grünfutters bedürfen. Ich war vor Jahren auch gezwungen, einen Stamm Hühner in einem geschlossenen Auslauf zu halten, und da kam ich durch Beobachtung auf den Gedanken, den Tieren ringsherum außerhalb des Auslaufs einen Streifen Gras anzusäen und ein Gitter zu machen, durch das sie den Kopf stecken konnten, um draußen grasen zu können. So lange das Gras noch nicht aufgegangen und nicht genügend angewurzelt war, schloß ich das ganze Gitter mit Klappen, und öffnete nur nach und nach einzelne Klappen, damit sich der abgefressene Teil wieder erholen konnte. In der Hauptsache ruinieren die Hühner ja alles Angesäte durch Kratzen. Da sie hier nicht kratzen können, kann man ihnen bei aufmerksamer Pflege der kleinen Grasstreifen den ganzen Sommer über Grünes verschaffen. Zur Aussaat benutzt man Gras- und Kleesamen, Vogelmiere, Kresse, Salat, Spinat, Rübsamen u. s. w. Nach der Aussaat ist gut festzuklopfen, damit die Wurzeln nicht mit herausgezogen werden, und fleißig zu gießen. C. R. S.

Frage-Ecke.

Antworten.

46. Um den Zuckerverbrauch beim Kochen von **Rhabarber** einzuschränken, übergießt man die in kleine Stücke zerschnittenen Rhabarber mit kochendem Wasser und schüttet es, wenn erkaltet, weg. Nachher werden die durch das Brühen halbweich gewordenen Rhabarber aufs Feuer gebracht, etwas Zucker beigefügt und wenn weich, über in Butter geröstete Brosamen angerichtet. Viele lieben es, dem Rhabarber ein Mehlteiglein beizufügen, welches die Säure auch mildert. Hausfrau.

48. Rohe, dickgewordene **Milch** läßt sich auf folgende Art schmackhaft zubereiten und ist gleichzeitig sehr nahrhaft. Zuerst rahmt man die Milch ab, gibt den Rahm in einen Teller oder eine Schüssel, läßt dann die Milch durch ein Tuch abtropfen (das angesammelte Wasser ist vollständig zu entfernen, am besten über Nacht ablaufen lassen), nimmt die im Tuche zurückbleibende weiße Masse jetzt zum Rahm und mischt beides gut untereinander, unter Beigabe von etwas Salz, Pfeffer und einem Knoblauchzinken (letzterer ganz fein schneiden). Wenn das Ganze gut gemischt ist, ist auch das Präparat fertig; es kann zu Brot oder Kartoffeln serviert werden.

Ein weiteres einfaches Verfahren ist, die Milch nach zweitägigem Stehen roh mit geschwellten oder mit in Fett gebackenen Kartoffeln zu essen. (Elsäßer Art.) L. v. A.

48. Saure, dick gewordene **Milch** ist eine vorzügliche Speise, man kann sie mit oder ohne Zucker genießen. Mit Brot gegessen, stillt sie Hunger und Durst. Will man sie pikanter haben, so nimmt man auf den Liter Sauermilch einen Teller Erdbeeren, welche man eine Stunde vor Gebrauch dick mit Zucker bestreut hatte, vermengt sie mit der Milch und genießt sie sofort. Hausmütterchen.

52. Wenn Sie die gefüllte, verschlossene Form in ein Geschirr stellen, das Ihnen ermöglicht, sie ganz mit Eisstückchen zu umgeben, und dieses Geschirr dann in den Selbstkocher stellen, so werden Sie auch Glace bekommen. Sie wird vielleicht etwas weniger fein sein, als die mit der Maschine bereitete, da die Masse in dieser gerührt werden kann, was bei dem beschriebenen einfachen Verfahren nicht möglich ist. B.

53. Man hört tatsächlich auch von Fachleuten oft ganz widersprechende Urteile über **Kaninchenzucht.** Wenden Sie sich an Herrn Beck-Corrodi, Hirzel (Zch.), der ein Fachblatt redigiert und gewiß ein kompetentes Urteil abgeben kann. B.

Fragen.

54. **Wie konserviere und sterilisiere** ich am vorteilhaftesten für einen großen Betrieb, wo die Anschaffung der Gläser zu teuer kommt und zu große Quanten aufs Mal verwendet werden müssen? Rhabarber, Kirschen etc., kurz, alles kommt in Betracht, um möglichst großen Vorrat zu haben. L. Z.

55. Ich brachte einen **Kirschpfannkuchen** auf den Tisch, der in einer Form gebacken war, die unten enger ist als oben. Den Kuchen stürzte ich, legte also die breitere Seite auf die Platte. Nun findet mein Mann dies falsch, unästethisch und anderes mehr. Gehört nicht der Teil des Kuchens nach oben, der glatt ist und schön? Ist ein Gebäck sehr aufgegangen, dann ist es ja selbstverständlich, daß die gewölbte Seite nach oben kommt. P. N. N.

56. Ich möchte zur Anpflanzung auf nächstes Frühjahr ein kleines Stück **Land** schon im Herbst pachten, um es richtig vorbereiten zu können. Wer sagt mir, wie ich dabei vorzugehen habe? Müssen Beerensträucher auch im Herbst gepflanzt werden? F.