

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

Band: 25 (1918)

Heft: 18

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: 24.05.2025

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. 3.— halbjährlich Fr. 1.50. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstrasse 27 und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Insertionspreis: Die einspaltige Nonpareillezeile 45 Cts.

Nr. 18. XXV. Jahrgang

Erscheint jährlich in 24 Nummern

Zürich, 7. September 1918.

Was bleibt uns noch in trüber, düsterer Zeit,
Wenn keine Lust die Gegenwart uns heut?
Eins bleibt uns ewig in erhabner Schöne:
Natur, die herrliche! ein Quell der Lust;
Und für das Herz in tiefbewegter Brust
Das Reich der Dichtung und der süßen
Töne.

H. Jäger.



Gallertspeisen.

(Nachdruck verboten.)

Um Brennstoff zu ersparen, müssen wir unsere Mahlzeiten vereinfachen. In der wärmern Jahreszeit ist dies leichter möglich, da wir rohes Obst als eigentliches Gericht herbeiziehen können. Mehr Beachtung verdienen aber auch die Gallertspeisen zu finden, die gerade eine wesentliche Ersparnis an Brennstoff ermöglichen. Ihre Herstellung ist äußerst einfach und nimmt nicht viel Zeit in Anspruch. Die Speisen sind nahrhaft und leicht verdaulich; man kann mannigfache Abwechslung in der Zubereitung erzielen und unbegrenzte Resteverwendung damit verbinden. In England fehlt die süße Jellyspeise bei keiner Mahlzeit; in Deutschland haben die Ärzte der Gelatine als ausgezeichnetes Volksnährmittel schon längst Beachtung geschenkt.

Die Gelatine ist ein durch Kochen von leimgebenden Substanzen, wie Knochen, Knorpeln, Sehnen, Bindegeweben von Schweinen, Rälbern etc. fabrikmäßig in Mengen hergestellter Leim. Sie besteht hauptsächlich aus Glutin und geringen

Mengen Chondrin. Der tierische Leim ist ein dem Eiweiß ähnlicher Stoff; er kann dieses zwar nicht ersetzen, aber er hilft ihm sparen. Des faden Geschmacks wegen ist Leim für sich allein keine Nahrung, aber in Verbindung mit Gemüse, Fleisch, Obst erzielt man damit nahrhafte, schmackhafte Speisen.

Das Auflösen der Gelatine erzielt man am besten durch kurzes Aufweichen der Blätter in frischem Wasser. Sie lösen sich dann schnell und werden der kochend heißen Flüssigkeit unter beständigem Rühren zugelegt. Läßt man die Gelatine einige Sekunden kochen, wird sie auch genügend klar und das Klären mit Eiweiß ist unnötig.

Maximalzusatz von Gelatine zu Gemüse-, Fleisch-, Pilzspeisen: Auf 1 Liter Flüssigkeit 14—16 Blatt; zu süßen Speisen, Obst: auf 1 Liter Flüssigkeit 13—14 Blatt. — (100 Gr. — ca. 33 Blätter — Fr. 1.20 — Blatt 4 Rp.)

Damit der Leimgeschmack nicht vorherrsche, soll nicht mehr Gelatine verwendet werden, ein längeres Stehenlassen an kaltem Ort, fließendem Wasser, bis 24 Stunden, erzielt die Festigkeit. Je kälter der Aufbewahrungsort, desto besser.

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 eine Platte.

Für alle Rezepte können Speisereste verwendet werden von Fleisch, Gemüse, Obst. Für erstere Saucen und Jusresten, auch

klare Suppen, für leichtere Fruchtsäfte aller Art.

Gelee von Fleisch. Bei allen Gelees oder Sülzen muß längeres Kochen der Gelatine vermieden werden. Man achte beim Einrühren darauf, daß sich keine Klumpen bilden. Die Speisen sollen mit der Gelatine stets nur kurz aufgekocht, dann vom Feuer genommen, etwas abgekühlt und in die kalt gespülten Schüsseln oder Formen gegossen und sofort kalt gestellt werden. Sind für Gemüse und Fleischspeisen keine Resten von Bratensauce vorhanden, gibt man dem Wasser einen Bouillonwürfel oder Suppenwürze bei.

Bratenresten aller Art werden fein geschnitten, einige Kapern oder geschnittene Zwiebeln (auch Perlzwiebelchen) beigefügt. $\frac{1}{2}$ Liter Brühe oder etwas Wasser mit etwas Jus oder einem Bouillonwürfel und Grünem wird gut durchgekocht, passiert und mit etwas Essig und 5—7 Blatt Gelatine aufgekocht. Wenn ein wenig erkaltet, werden die Bratenreste darunter gerührt, in kalt gespülte Form gegossen und kalt gestellt. Ebenso können Wurstresten aller Art, auch mit Fleisch vermischt, Verwendung finden.

Zunge in Gelee. Die Zunge wird wie gewöhnlich gekocht, die Brühe entfettet, $\frac{1}{2}$ Liter mit etwas Essig aufgekocht, 5—6 Blatt Gelatine beigefügt, rasch aufgekocht, ein Teil davon in eine kalte Form gegossen. Man läßt die Flüssigkeit halb erstarren, ordnet fein geschnittene Zungenstreifen und in Scheiben geschnittene rote Randen darauf, gießt den Rest der Gelatine darüber und stellt die Form kalt.

Sardinen-Gelee. Die Sardinen werden gesäubert und wie oben auf die halb erstarrte Gelatineflüssigkeit mit gehackter Petersilie und Zwiebeln geordnet, nachher die übrige Gelatine darüber gegossen und kalt gestellt.

Gemüse. Gemüseresten, wie Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Bohnen, Sellerie, Lauch, werden in Scheiben und Streifen geschnitten. Benötigt man frische Gemüse, so werden sie in ganz wenig Salzwasser weich gekocht und das Wasser zu der

Sülze verwendet. Werden Resten verwendet, so kocht man $\frac{1}{2}$ Liter Wasser mit einem Bouillonwürfel auf, gibt etwas gehackte Petersilie, Salz und Essig dazu, sowie 7—8 Blatt weiße Gelatine und kocht rasch auf. Dann wird die Flüssigkeit schnell zum Erkalten gebracht, und das halbstarre Gelee derart in 1—2 Formen gefüllt, daß der Boden gut bedeckt ist. Dann legt man ein hübsches Muster von den Gemüsestücken darauf und gießt den Rest des Gelees darüber. Bis zur Verwendung kalt stellen.

Tomatensülze. 5—6 Tomaten werden weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. $\frac{1}{2}$ Liter Wasser mit Bratenjus oder einem Bouillonwürfel, gehackter Petersilie, Salz und etwas Essig aufgekocht, 8 Blatt Gelatine beigegeben und vom Feuer genommen. Das halbstarre Gelee wird in eine kalt gespülte Form gegossen, daß der Boden gut bedeckt ist, das Püree schön gleichmäßig darauf verteilt und das übrige Gelee aufgefüllt. An Stelle des Pürees können auch rohe, in Scheiben geschnittene Tomaten verwendet werden, denen man einige zerschnittene Cornichons beifügt.

Selleriesalat-sülze. Die Salatsauce wird in $\frac{1}{4}$ Liter Wasser mit etwas Sauce oder Suppenresten aufgekocht, 4 Blatt Gelatine hinzugefügt, aufgekocht und in die kalte Form zur Hälfte eingefüllt, wenn halb starr die Selleriescheiben schön darauf geordnet und der Rest des Gelees darüber gegossen und kalt gestellt.

Pilzsülze. Auch Pilze jeder Art können wie oben beschrieben verwendet werden, ganz oder zerschnitten mit Grünem und Gurkenstückchen vermischt (auf $\frac{1}{2}$ Liter Flüssigkeit — 8 Blatt Gelatine.)

Süße Gelatinespeisen. Zu allen Obstspeisen kann der aufgekochte Saft von Obstschalen und Kernen verwendet werden. Will man ein besonders schönes Aussehen für die Röschen, benutzt man rote und weiße Gelatine, aber jede Farbe wird für sich angerührt.

Birnen in Gelee. Gute Kochbirnen werden geschält, in Viertel geschnitten,

mit 1 Liter Wasser oder zur Hälfte mit Obstsaft, dem 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. 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 gehacktes Dörrobst gemengt werden. Man füllt in eine Glasschale und bestreut nach Belieben mit geriebenen Nüssen.

Aprikosen, Pflaumen, Pflirsche werden in Hälften oder Viertel geschnitten, weich gekocht und angerichtet. Schalen und Kerne gibt man in 1 Liter Wasser mit einem Löffel Essig, kocht es auf, und stellt die Flüssigkeit längere Zeit in die Kochliste. Hierauf gießt man sie durch ein Sieb, fügt Zucker und etwas Zitronensaft bei, kocht auf, und gibt 12 bis 14 Blatt Gelatine bei. Über die Früchte gegossen, kalt gestellt und nachher gestürzt.

Beeren (Him-, Brom-, Holunderbeeren etc.) werden erlesen, gezuckert, auf $\frac{1}{2}$ Kilo Beeren 1 Liter Wasser zum Kochen gebracht, die Beeren sofort mit der Schaumkelle heraus gezogen, in eine Schüssel angerichtet, in die Flüssigkeit 12—14 Blatt Gelatine eingerührt mit etwas Zitronensaft oder Himbeersaft, vom Feuer genommen und, wenn halb starr, über die Beeren geschüttet.

Dörrobst. Auch Dörrobst kann zu den Röstli verwendet werden. Man weicht das Dörrobst in gewohnter Weise ein, auf 1 Kilo zirka $\frac{3}{4}$ —1 Liter Wasser, kocht es dann auf und stellt es mehrere Stunden in die Kochliste. Dann wird das Obst entweder durch ein Sieb gestrichen, mit Zucker, Zitronensaft, nach Belieben einigen geriebenen Nüssen auf-

gekocht (oder auch ganz verwendet) mit 7—8 Blatt Gelatine. Man kann diese Speisen auch mit einer Milchsauce servieren; ebenso

Schokoladengelee. 50—60 Gramm Schokolade oder Kakaopulver werden in $\frac{1}{4}$ Liter Wasser angerührt, $\frac{1}{4}$ Liter Milch und der nötige Zucker hinzugefügt und alles zusammen aufgekocht, 6 Blatt Gelatine dazu gegeben, dann angerichtet und kalt gestellt. Dieses Gelee kann auch mit Fruchtsaft oder Kompott serviert werden.
F. K.



Wie sichern wir uns eine gute Obsternte?

Von Dr. Ludwig Staby.

(Nachdruck verboten.)

Eine gute Obsternte ist in der jetzigen Zeit für uns von ganz besonderem Wert, denn das Obst ist heute eines unserer wichtigsten Nahrungsmittel. Es wird nicht nur in frischem Zustande genossen, sondern in ganz gewaltigen Mengen gebörnt und zu Konserven verarbeitet, die uns in der knappen Zeit der Butter und Fette von außerordentlich hohem Wert sind. Deshalb muß alles, was in Menschenkräften steht, getan werden, um eine gute Ernte des Obstes zu sichern. Gegen ungünstige Witterung, wie langanhaltende Dürre oder wochenlange Nässe sind wir machtlos, aber es bedrohen noch manche andere Gefahren die Obsternte, die wir abzuwenden imstande sind, wenn jeder, der in seinem Garten einen Obstbaum hat, mithilft, den Schaden zu vermeiden.

Die größte Gefahr droht unserm Kernobst, also den Äpfeln und Birnen, aber auch den Pflaumen unter dem Steinobst, durch die Insekten, die das Obst vor der Ernte vernichten oder doch minderwertig machen. Der schlimmste dieser Feinde ist der Apfelwickler (*Carpocapa pomonana*). Im Hochsommer schlüpft dieser kleine, dunkle Schmetterling aus seiner Puppenhülle. Tagsüber sitzt er ruhig am Stamm eines Obstbaumes und ist wegen seiner Farbe sehr schwer zu sehen, aber in der Nacht fliegt er umher, und das Weibchen sucht

dann unreife Äpfel und Birnen auf, um seine Eier daran abzulegen und zwar in jede Frucht nur eins. Nach ungefähr acht Tagen schlüpft aus diesem winzigen Ei ein kleines Räupchen, das sich sofort in die Frucht einbohrt, deren Kerne ihm hauptsächlich zur Nahrung dienen; es verschmäht aber auch das Fruchtfleisch nicht. Sehr oft verwächst das kleine Eingangslöcherchen wieder und es ist keine Spur von dem Eindringen des Schädlings zu sehen. Erst wenn die fleischrote Raupe größer und dicker geworden ist, bohrt sie sich selbst ein Loch nach außen, um ihre Exkremente, die bekannten braunen Krümeln, herauszuschaffen. Circa fünf Wochen — während der Monate August und September — bleibt die Raupe in der Frucht, dann verläßt sie die gastliche Wohnung und spinnt sich in der Erde am Fuß des Stammes oder in Löchern und Ritzen des Baumes ein, um zu überwintern. Merkwürdigerweise verpuppt sich die Raupe noch nicht, sie bleibt unverändert in ihrem Gespinnst bis zum Mai des folgenden Jahres, erst dann verwandelt sie sich in eine gelbbraune Puppe, aus der im Juli der Schmetterling auskriecht, um sofort sein Zerstörungswerk zu beginnen.

Die heimgesuchten Früchte werden in den meisten Fällen notreif und fallen schon vor der eigentlichen Reifezeit des Obstes ab. Dieses Fallobst birgt eine große Gefahr in sich, es muß unbedingt jeden Morgen aufgesucht werden, denn sonst kriecht die Raupe aus der Frucht heraus und versteckt sich in einem Schlupfwinkel. Der Obstbauer, der dies nicht beobachtet und das Fallobst einige Tage unter den Bäumen liegen läßt, braucht sich nicht zu wundern, wenn er immer viel „wurmstichiges“ Obst hat, er leistet ja der Verbreitung und Erhaltung des schädlichen Insekts Vorschub.

Das beste und ratsamste ist, dies Fallobst täglich sofort zu verwerten. Wird es im Haushalt verwendet, so müssen wenigstens die Kerngehäuse und ausgeschittenen Stellen verfüttert oder sonstwie vernichtet werden; wer sie auf den Rehricht-

haufen wirft, befördert ebenfalls die Verbreitung des Schädlings. Da die Raupe in der Frucht wohl geborgen ist vor den Angriffen anderer Insekten und der Vögel, so muß sich der Mensch die Vernichtung dieses Schädlings angelegen sein lassen, wenn er auf eine gute Obsternte reflektiert. Aus demselben Grunde müssen auch die Stämme der Obstbäume mit scharfen Bürsten abgebürstet und mit Leimringen versehen werden, auf denen sich die schädlichen Insekten fangen.

Außer der fleischfarbenen Raupe des Äpfelwicklers leben auch noch die Raupen zweier nahe verwandter Käferarten, des purpurroten und des goldgrünen Äpfelstechers in den Äpfeln. Die kleinen Käfer, von denen der eine rot, der andere grünlich goldglänzend ausfieht, treiben sich schon im zeitigen Frühjahr auf den Obstbäumen umher. Sie legen ebenfalls, aber schon im Juli oder Ausgang Juni ihre Eier einzeln in die jungen Äpfel und Birnen, aus denen bald die Räupchen auskriechen und sich sofort in das Innere der Frucht einbohren. Diese Früchte werden nie reif und sind immer die ersten, die abfallen. Schon im Juli geht die Raupe zur Verpuppung in die Erde, aus der dann im März die Käfer wieder herauskommen. Auf diese inneren Feinde des Obstes müssen unsere Gärtner, Obstzüchter, Landwirte und Hausfrauen immer mehr ihr Augenmerk richten, dann wird auch das „madige“ Obst, das jetzt manches Jahr in großer Menge auftritt, immer mehr abnehmen.

Wenn nun aber im Herbst das Obst geerntet worden ist, so hört man nach wenigen Wochen die Klagen der Hausfrauen, daß sich das Obst nicht halte, sondern sehr schnell faul werde. Sehr oft wird der Fehler der nassen Witterung zugeschoben, aber die Ursache liegt meistens daran, daß das Obst zu unreif, also zu früh, von den Bäumen gepflückt wurde. Das frühreife Sommerobst hält sich bekanntlich nicht lange, aber die späten Birnen und Äpfel sollen den ganzen Winter überdauern und dabei nicht schlecht,

sondern immer besser werden. Dieses Dauerobst erhält erst im Januar und Februar seine vollste Reife und damit seinen besten Geschmack. Aber es ist unbedingt nötig, daß das Obst so lange als möglich auf den Bäumen bleibt, bis tief in den Spätherbst hinein und dann erst reift es nachher zu seinem ganzen Wohlgeschmack heran. Man braucht in dieser Hinsicht gar nicht ängstlich zu sein, wenn auch kalte Tage kommen; selbst ein geringer Nachtfrost schadet dem Obst am Baume nichts. Wird das Dauerobst, wie es leider häufig geschieht, zu früh geerntet, dann wird es unreif und bekommt sehr bald Flecken und schlechte Stellen, und wenn dann der Keller oder Raum, in dem es aufbewahrt wird, nicht ganz trocken und luftig ist, so verfault das ganze Obst in sehr kurzer Zeit. Das Winterobst muß natürlich möglichst sorgfältig gepflegt werden, es darf nicht aufeinander in Körbe geschüttet werden, denn dann entstehen zu leicht Druckstellen, die beliebten Angriffsflächen der Gärungs- und Fäulnispilze. Das Obst muß auch so in luftigen, aber frostfreien Räumen gelagert werden, daß sich die Früchte nicht drücken. Wenn man es gut ausgereift pflückt und aufbewahrt, läßt sich auch anderes Obst monatelang frisch erhalten, so z. B. Pflaumen und Weintrauben, die man mit dem Zweig oder der Rebe abschneidet und dann im trockenen Keller aufhängt, die Schnittfläche der Rebe muß man aber mit Siegellack verschließen. Wer also haltbares Obst für den Winter haben will, Sorge dafür, daß nur solches Obst aufbewahrt wird, das möglichst lange am Baum ausgereift ist.

Haushalt.

Maschinen-Spizen zu waschen. Das Spizen-Arrangement wird sorgfältig getrennt und ist vor dem Waschen linksseitig fein auszubessern, falls es beschädigt ist. Dann weicht man die Spizen in kaltem Wasser ein, läßt sie einige Stunden darin stehen und wäscht sie danach sehr behutsam mit milder Seife in lauwarmem Wasser aus; sie dürfen weder ge-

rieben noch gerungen werden. Nachdem sie sauber sind, drückt man sie vorsichtig aus. Um ihnen die nötige Steife zu geben, tunkt man sie in Wasser, in welchem man ein wenig Kartoffelmehl gekocht hat. Dann lege man die Spizen gut aufgezupft und ganz gerade auf ein Bügelbrett, die rechte Seite nach oben, bis sie trocken sind, feuchte sie leicht an und bügeln sie links auf einer Wollbede aus.

Wasserdichter Kitt. Man bringe gewöhnlichen Tischlerleim in Wasser und lasse ihn so lange darin, bis er ganz weich ist. Dann löse man ihn in Leinöl bei gelindem Feuer so auf, daß er eine gallertartige Form annimmt. Mit diesem Kitt können alle möglichen Gegenstände gefittet werden, er widersteht dem Wasser vollkommen.

Buttermilch läßt sich gut verwenden bei der Bereitung von Bratensaucen, Salat, Tomatensuppe, Spinat, und zu hellen Saucen an Blumenkohl und Sauerkartoffeln. Sie sollte möglichst frisch zur Verwendung kommen.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Pilzsuppe, *Rohrrollen mit Reisfleisch und Tomaten, Bohnensalat, Birnen.

Montag: Gemüsesuppe, †Quark-Schmarren, Pflaumenkompott.

Dienstag: Ribelsuppe, *Ungarisches Voressen, Gurkensalat.

Mittwoch: Krautsuppe, *Kartoffel-Auflauf, †Tomatengemüse.

Donnerstag: †Erbzmehlsuppe, †Fleischknöpfli, *Schneidebohnen.

Freitag: *Prinzeßsuppe, Makkaroni au gratin, Apfelmus.

Samstag: Gerstensuppe, *Auflauf v. Schweinsblut, Gesottene Kartoffeln, Grüner Salat.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

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

Prinzeßsuppe. 125 Gr. Hafer- oder Gerstenclocken, 1 1/2 Liter Wasser, 200 Gr. Tomaten, 1 Schalotte, 25 Gr. Fett, Salz. Die Clocken werden mit kaltem Wasser angequirlt, zum Kochen gebracht und auf kleinem Feuer sämig gekocht. Die zerschnittene Schalotte oder eine kleine Zwiebel wird in Fett gedämpft, die zerschnittenen Tomaten dazu gegeben, weichgeschmort und durch ein Sieb gerührt. Mit diesem Mus kocht man die Suppe durch und würzt sie mit Salz.

„Die fleischlose Küche in der Kriegszeit“

Auflauf von Schweinsblut. 1 Liter gut gerührtes Schweinsblut wird durch ein Sieb gegossen, 1 kleine Tasse Milch, das nötige Salz, eine Prise Pfeffer, eine fein gehackte Zwiebel, 1 Kaffeelöffel voll gehackter oder geriebener Majoran, Thymian und Petersilie und 2–3 Löffel voll Mehl damit gemischt. Nun wird eine feuerfeste Platte oder Form mit Butter bestrichen, die Masse hineingegeben und im Ofen $\frac{1}{4}$ Stunde gebacken.

Aus „Bürgerliche Küche“.

Rohlrollen mit Reisfleisch und Tomaten. (Eintopfgericht.) Bereitungszeit 3 bis $3\frac{1}{2}$ Stunden. Zutaten: Circa 10 Rohrlblätter, 250 Gr. gehacktes Rindfleisch, 100 Gr. Reis, Fett, saurer Rahm, 500 Gr. Tomaten, Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Bouillonwürfel. Die Rohrlblätter werden gedämpft. Der Reis wird kalt aufgesetzt, kochend auf Sieb gegossen und abgekühlt. Dann mischt man ihn mit dem gehackten Fleisch, Pfeffer und Salz und rollt in jedes Rohrlblatt einen Teil davon. Darauf legt man die Rohlrollen in einen großen irdenen Kochtopf, worin auch angerichtet wird, schneidet Zwiebeln und Tomaten darüber und gießt circa $\frac{1}{2}$ Liter Bouillon darauf und kurz vor dem Anrichten etwas sauren Rahm. Das Gericht muß, gut verschlossen, langsam etwa $2\frac{1}{2}$ –3 Stunden kochen. (Kochliste.)

Schneidebohnen. 1 Kilo fleischige, von den Fäden befreite und gewaschene Bohnen werden fein schräg geschnitten. In etwas Butter oder Fett werden 2 Löffel gehackte Petersilie und etwas Zwiebeln zusammen gedämpft, 1 Kochlöffel Mehl dazu gegeben und gedämpft, bis es Farbe nehmen will. Dann gibt man die geschnittenen Bohnen dazu samt einem Stengeln Bohnenkraut, deckt sie zu und läßt sie dämpfen, bis sie durch und durch heiß sind, gießt $\frac{1}{2}$ Liter siedendes Wasser zu, deckt die Pfanne gut und läßt die Bohnen rasch ins Kochen kommen unter mehrmaligem Schwenken. Nach einer halben Stunde salzt man und stellt das Gericht in die Kochliste für 1–2 Stunden. 5 Minuten vor dem Anrichten kann man nochmals etwas feingeschnittene Petersilie, ein wenig frische Butter und Pfeffer, sowie nach Belieben ein Löffel Essig daran geben.

Kartoffelaufguss. 1 Kilo gekochte Kartoffeln, 4 Bratwürste, $\frac{1}{2}$ Liter saure Milch, 1 Ei, Fett. Die zerschnittenen Kartoffeln werden in eine ausgefettete Form lagenweise abwechselnd mit den in kleine Rädchen geschnittenen Bratwürsten, die man vorher in heißem Wasser steif werden ließ, eingeschichtet, die saure Milch gut verrührt, über die Speise gegossen, Butter- oder Fettstückchen obenauf gelegt und ungefähr 40 Minuten gebacken.

Apfelkrösti ohne Brot. 40 Gr. Fett, 120–150 Gr. Weizenflocken, 50 Gr. Zucker,

1 Theelöffel Zimt, $2\frac{1}{2}$ Kilo Apfel. Die Apfel werden in Schnitzchen geschnitten, gekocht und mit Zucker und Zimt vermischt. Die Weizenflocken werden im Fett geröstet und unter die noch heißen Schnitzchen gezogen und angerichtet.

Aus „Koch- und Einmachbüchlein“ von J. Lehner.

Obstkruste. Man bestreiche den Boden einer feuerfesten Schüssel mit etwas Butter und belege ihn mit Brotschnitten, lege dann recht reife, halbierte und entsteinte Zwetschgen darauf (die offene Seite nach oben). Nun streue man Zucker darüber und einige Butterflöckchen und lasse im Ofen backen. Vor dem Ausfragen wenn nötig noch wenig Zucker darüber streuen.

Eingemachte Früchte.

Preißelbeermarmelade. 1 Kilo Beeren werden mit 300 Gr. Zucker und 6 Deziliter Wasser zu einer ziemlich dicken Masse eingekocht, und nachdem sie etwas abgekühlt ist, in Töpfe gefüllt.

Preißelbeeren mit Äpfeln und Birnen. Auf 3 Kilo Beeren rechnet man je 500 Gr. geschälte, in Achtel geschnittene Äpfel und Birnen. Die Birnen werden gut erlesen, mit $1\frac{1}{2}$ Kilo Zucker fertig gekocht und aus dem Saft herausgeschöpft. In diesem kocht man nun zuerst die Äpfel, dann die Birnen weich, kocht alles zusammen nochmals auf und füllt die Früchte in Töpfe. Der Saft wird noch etwas eingedickt und dann darüber gegossen. Dieses Mus ergibt im Winter eine angenehme Beigabe zu Mehlspeisen und eignet sich auch als Kuchenfülle.

Bohnen in Flaschen ohne Sterilisation. Die Bohnen werden 10 Minuten bis $\frac{1}{4}$ Stunde vorgeschwellt, gedämpft, dann entfädet und möglichst fest in Flaschen eingefüllt. Auf 1 Liter kochendes Wasser rechnet man 125 Gr. Salz. Die Salzlake wird kalt über die Bohnen gegossen. Mit weichgekochtem oder weichgebrücktem 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. Vor dem Konsum sind die Bohnen abzuwaschen, in Fett mit Zwiebeln zu dämpfen und fertig abzukochen.

Krankenpflege.

Hilfeleistung bei Erbrechen. Bei Erbrechen stützt man den Kopf des Kranken, damit er ihn nicht zu tief aus dem Bett herausbiegt. Ist der Brechakt vorüber, reicht man ihm frisches Wasser, um den Mund zu spülen und den schlechten Geschmack zu beseitigen. Sollte Übelkeit fortbestehen, so empfiehlt es

sich, kühles saures Getränk, Selterswasser, schwarzen Kaffee oder Thee in kleinen Mengen zu reichen oder kleine Eisstückchen schlucken zu lassen. — Will man Erbrechen hervorrufen, muß man ein Brechmittel eingeben oder den Schlund des Betreffenden mit dem Finger und einer Feder reizen; die ersten Würgebewegungen sind zu unterdrücken. Soll das Erbrechen fortgesetzt werden, läßt man warmes Wasser trinken, dem Butter oder Salz beigemengt sind.

Einen vorzüglichen Thee gegen Bleichsucht kann sich jede Mutter selbst herstellen, wenn sie sich aus der Apotheke folgende Mischung von je 10 Gramm Anis, Andorn, Augentrost, Brennessel, Melisse, Waldmeister und Walnußblätter besorgen läßt, davon 1 Eßlöffel voll auf 1 Tasse kochendes Wasser nimmt und je eine Tasse morgens, mittags und abends trinken läßt.

Bei regelmäßiger Verwendung dieses Mittels macht sich seine äußerst günstige Wirkung auf das Allgemeinbefinden der Kranken schon in kurzer Zeit bemerkbar, die gesunkenen Kräfte heben sich mit dem sich einstellenden Appetit und der Schlaf der Ermattung wird zu einem tiefen erquickenden, nach dem sich der Patient am anderen Morgen neugeträftigt erhebt. C.

Kinderpflege und -Erziehung.

Welche Mittel stehen uns zur Verfügung, um die Kinder vor der Ansteckung mit den Erregern der Tuberkulose, den Tuberkelbazillen, zu schützen? Es ist heute festgestellt, daß in den allermeisten Fällen die Ansteckung von Mensch zu Mensch erfolgt. Durch Hustenstöße oder von eiternden Wunden aus, oder mit dem Stuhl und Urin werden die Bazillen aus dem Innern des kranken Körpers nach außen befördert und können dann, wenn sie nicht unschädlich gemacht werden, zur Übertragung der Krankheit führen. Am häufigsten sind es hustende Tuberkulöse, also Schwindsüchtige, von denen die Ansteckung ausgeht. Nur in seltenen Fällen wird die menschliche Tuberkulose durch den Genuß von Nahrungsmitteln, wie z. B. von ungekochter Milch oder von tuberkelbazillenhaltiger Butter, erzeugt. Wenn man sich der Mühe unterzieht, den Infektionswegen nachzuforschen — und dies gelingt am leichtesten beim ganz jungen Kinde, das nur mit einem kleinen, leicht überschaubaren Kreis von Menschen in Berührung kommt — so kann man fast immer einen kranken Menschen als Quelle der Ansteckung ausfindig machen. Sehr häufig ist es die Mutter. Etwas seltener schon der Vater. Tuberkulöse Eltern sollten daher alles tun, um die Übertragung auf ihre Kinder zu

vermeiden. Am gefährdetsten ist der Säugling. Denn im ersten Lebensjahr verläuft die Tuberkulose besonders bösartig. Das Säuglingsalter scheint sich aber nicht nur durch seine Widerstandslosigkeit, sondern auch durch eine besonders hohe Empfänglichkeit für die Tuberkulose auszuzeichnen. Ich habe es mehrfach erlebt, daß nur bei dem jüngsten Kind die Tuberkulose zum Ausbruch kam, wenn bei der Mutter oder dem Vater eine Lungenerkrankung bestand. Regelmäßig konnte dabei aber festgestellt werden, daß gerade dieses Kind das Schlafzimmer mit seinen Eltern geteilt hatte. Es sollten daher, sobald bei einem der Eltern Tuberkulose ausgebrochen ist, die Kinder nie dasselbe Schlafzimmer benutzen dürfen. Leider ist aber gerade diese Forderung in vielen Familien nicht oder erst, wenn es zu spät ist, erfüllbar.

Aus „Gesundheitspflege des Kindes“
von Dr. J. Bernheim.

Gartenbau und Blumentultur.

Zur Samengewinnung. Von Erbsen und Bohnen kann man das Saatgut selbst ziehen, darf aber nicht die letzten Schoten dafür übrig lassen, sondern nur die besten und ersten verwenden. Da nun die Bohnen und Erbsen, wenn die ersten Schoten daran bleiben, ihre ganze Kraft auf die Ausbildung dieser Schoten verwenden und im Tragen sofort nachlassen, darf man sich nicht dadurch irremachen lassen, daß die bezeichneten besten Stöcke früher im Tragen nachlassen und auch schneller absterben als die übrigen; das ist etwas ganz natürliches. Aber auch an den ausgesuchten Stöcken sind die einzelnen Schoten sehr verschieden. Die besten werden mit einem Bastfaden bezeichnet; kleine, verkümmerte Schoten und zufällige Spätlinge pflückt man aus. Ein alter Gemüsegärtner bezeichnete an seinen Erbsen die Stiele, welche zwei Schoten auf einmal trugen, und nahm nur diese zur Zucht. So hat er es erreicht, eine Erbsensorte zu züchten, die lauter Doppelschoten brachte. Sind die Samen reif, so werden die Schoten gesammelt, dünn ausgebreitet, an schattigem Ort noch vollständig getrocknet, die Samen ausgehüllt und trocken aufbewahrt. B.

Tierzucht.

Die zweckmäßigste Stalleinrichtung für Tauben ist der Schlag, der in einer Bodenkammer des Wohnhauses oder Stallgebäudes eingerichtet wird und der Ausflug auf die Süd- oder Ostseite hat. Die Tauben lieben einen hohen Abflug, damit sie sich die Um-

gend erst ansehen können, deshalb ist ein hoch gelegener Schlag dem niederen vorzuziehen. Der Taubenschlag soll ruhig gelegen sein, es genügt eine kleine Abteilung im Dachboden, die mit der nötigen Anzahl Mistkästen und einigen Flugstangen versehen ist. Den Boden bedeckt man mit Dachpappe und bestreut ihn mit Sand oder Torfmull. Die Wände sollen rissfrei sein, um die Ankebelung von Ungeziefer und den Durchzug zu verhindern. Es ist deshalb zweckmäßig, wenn man auch die Wände, falls sie nicht gemauert oder aus gefügten Brettern hergestellt sind, mit Dachpappe verkleidet und gründlich mit frisch gelöschtem Kalk weißt. Die Sitzstangen sind glatt zu hobeln, an den Ranten abzurunden und ebenfalls anzustreichen. Sie sollen 4—5 Cm. breit sein und in verschiedener Höhe angebracht werden. Man ordnet sie so an, daß die Tauben sich nicht gegenseitig beschmutzen können. Der leichteren Reinigung wegen ist es zweckmäßig, sie zum Herausnehmen einzurichten oder sie auf Böden anzubringen in gleicher Höhe, daß man sie nach Bedarf verstellen oder entfernen kann.

Frage-Ecke.

Antworten.

88. Falls Sie in Zürich wohnen, fragen Sie bei Herrn Egli, Spengler, Sternenstraße, Enge an. Er hat mir eine stark verbogene Aluminiumpfanne wieder hergerichtet. A.

88. Vor einiger Zeit wurde in der Frage-ecke eine elektrische Kocheinrichtung ausführlich beschrieben. Sie tun gut, die fragliche Nummer (Antwort 19 in Nr. 6 b. Jz.) nachzulesen oder wenn nicht mehr vorrätig, durch die Expedition zu beziehen. Eine Auswahl elektrischer Koch-Apparate und -Herde führen die Verkaufsstellen des zürcherischen Elektrizitätswerkes an der Uraniastraße und (für das „Land“) an der Schöntalstraße in Zürich 4. J. in E.

89. Man ist in letzter Zeit immer mehr davon abgekommen, Salzhlsäure zum Einmachen von Früchten zu verwenden. Lesen Sie nach, was in der letzten Nummer des Ratgebers auf Seite 133 darüber geschrieben worden ist. J.

70. Für diese Art der Essigbereitung werden die Abfälle von Äpfeln und Birnen, Schalen und Kerngehäuse — alle faulen Bestandteile müssen sorgfältig entfernt werden — in einen großen Steintopf gefüllt, mit kochendem Wasser übergossen und ein Stück in Essig getauchtes Brot dazu gegeben. Werden Obst- abfälle nachgefüllt, so ist jedesmal warmes Wasser nachzugießen, bis der Topf dreiviertel voll ist. Er wird mit einem Tuch bedeckt und an die Seite eines warmen Ofens oder Her-

des gestellt. Nach beendeter Gärung gießt man die Flüssigkeit ab und filtriert durch ein Tuch. E.

71. Rezept zu Grahambrot. Man gibt 1½ Kilo Weizenschrotmehl in eine Backschüssel, vermischt es mit einem Eßlöffel Salz, mischt 5 Gr. mit lauem Wasser aufgelöste Hefe darunter und rührt unter Zugabe von 1 Liter lauwarmem Wasser einen Teig an, den man gut mengt und knetet. Man läßt ihn 2—3 Stunden, bis er sich gehoben hat, in Stubenwärme zugedeckt stehen, formt dann 4 Brötchen daraus, die man nochmals ½—1 Stunde ruhen läßt, und bäckt sie in mäßig heißem Ofen 1 bis 1½ Stunden. Will man sie auf Blechen backen, so streut man etwas Mehl darunter. Wenn die Brötchen aus dem Ofen kommen, kann man sie ein- bis zweimal mit Salzwasser bepinseln. Dadurch wird die Rinde weich erhalten und der etwas geringe Salzgehalt ausgeglichen. Marie.

Fragen.

72. Ich möchte in meinem eben angetretenen Garten ohne große Auslagen ein Gartenhäuschen erstellen. Wer gibt mir Anleitung dazu? Sind Bestandteile der hübschen, offenen Lauben, die aus einigen wenigen gebeizten Holzplatten zusammengefügt werden, schon abgepaßt im Handel erhältlich? Hausfrau.

73. Müssen Spaliere im Herbst oder im Frühjahr gepflanzt werden? A.

74. Welches Mittel reinigt rasch und gut eine ältere, etwas vernachlässigte Zinkbadewanne? Wie kann man ohne große Mühe die jeweilige Reinigung nach dem Bade vornehmen? Hausfrau.

75. Wo mag der Fehler liegen, daß meine Topfpflanzen auf Fenster Sims und Balkon diesen Sommer so mager blühen und wenig Blätter angelegt haben, währenddem sie in anderen Jahren schön und voll blühten? Kann die Witterung dieses Sommers schuld sein? Haben andere Frauen die gleiche Erfahrung gemacht? L.

76. Können Quitten auch gebörst werden? Wenn ja, müssen die gebörstten Früchte dann vor der Verwendung gebrüht werden? Ich sehe einer reichen Ernte dieser Früchte entgegen, nun fehlt mir aber der zu Mar-melade und Gelee nötige Zucker. Für gütige Ratschläge danke Langjährige Abonnentin.

77. Gibt es wohl ein Verfahren, das ermöglicht, frische Tomaten in trockenem Zustande einige Zeit aufzubewahren? Für Auskunft danke herzlich Abonnentin in B.



Leghühner

Die besten. P 4724 F

Preisliste Nr. 4 gratis.

MOULAN
Merlach bei Murten.