

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

Band: 25 (1918)

Heft: 23

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: 05.01.2026

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: Elva 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. 23. XXV. Jahrgang

Erscheint jährlich in 24 Nummern Zürich, 23. November 1918.

Versäume keine Pflicht, und übernimm
Nicht eine neue, bis du allen alten
Genug getan! Was sich mit diesen nicht
Verträgt, das weise von dir; sonst verwickelst
Du dich in Dornen, die du nicht mehr lösest.
Schefer.



Der Torf als Brennmaterial im Kachelofen. Von E. Baerlocher, Zürich.

Der sich immer mehr fühlbar machende Brennstoffmangel zwingt uns dazu, alle inländischen Quellen zu erschließen, welche auch nur einigermaßen imstande sind, diese Notwendigkeit erträglich zu machen. Aus diesem Grund wurden bekanntlich bereits im Frühling 1917 größere Gesellschaften zur rationellen Ausbeutung der in unserem Lande zahlreich vorhandenen Torfmoore gegründet. Trotzdem konnte in der verfloßenen Heizperiode von einer nennenswerten Zufuhr von Torf nicht gesprochen werden. Nachdem nun aber der Bundesrat der Schweizerischen Torfgesellschaft eine Subvention von 5½ Millionen Franken zugesprochen hat, darf erwartet werden, daß diesen Herbst größere Quantitäten dieses Brennstoffes dem Konsum der Bevölkerung zugänglich gemacht werden. Allerdings würden wir dadurch noch keineswegs von den oft unangenehm empfundenen Einschränkungen im Brennstoffverbrauch enthoben, denn, wie sich Herr Dr. Schläpfer, Direktor der eidgenössischen Prüfungsanstalt für Brennstoffe, anlässlich

eines Vortrages geäußert hat, wird der geförderte Torf nur den zehnten, im günstigsten Fall den fünfzehnten Teil des Gesamtbedarfes an Brennmaterial zu decken vermögen. Dank einer Verfügung des Bundesrates, daß der Hausbrandbedarf in erster Linie mit Torf gedeckt werden müsse, kann trotzdem in der gegenwärtigen Heizperiode mit einer vermehrten Verwendung des Torfes als Ersatz für die raren Kohlen zum Heizen der Wohnräume gerechnet werden.

Die ökonomische Verwertung des Torfes als Heizmaterial setzt die Beachtung von zwei Grundsätzen voraus: Der Ankauf von nur gutem Material und die Verwendung desselben in Feuerungen, die seiner Eigenart angepasst sind.

Der Heizwert des Torfes wird mit 2000 bis 4000 Wärmeeinheiten bewertet. Der Nutzwärmewert der „Turben“, wie der Torf im Volksmund genannt wird, kommt also dem des Holzes gleich. Die Qualität dieses Brennmaterials ist, wie aus den angegebenen Zahlen zu ersehen ist, sehr verschieden. Diese hängt hauptsächlich von dem Aschen- und Wassergehalt des Materials ab. Nach der Verbrennung darf höchstens der dritte Teil des verwendeten Torfes als unverbrennbare Rückstände zurückbleiben. Bei gutem Torf wird aber nur der zehnte Teil zu Asche werden. Während der Aschengehalt mehr von der geologischen Beschaffenheit des Moores und der Zersetzung der Torfmasse abhängt, ist die Art der Torfgewinnung von wesent-

lichem Einfluß auf seinen Wassergehalt. Die älteste und bekannteste Methode der Torfgewinnung ist das Stechen desselben mit Spaten oder Torfmesser in „Schollen“, auch „Sodern“ genannt, in Stücken in der Größe von $25 \times 10 \times 10$ Cm. Diese werden hernach zum Trocknen ausgebreitet oder in Türmchenform in sogenannte „Höckli“ aufgeschichtet, oft nur auf freiem Felde, meistens aber in eigens dazu erstellten luftigen Holzbaracken. Wo größere Mengen von Torf gewonnen werden, ist man in neuerer Zeit bereits zum Maschinenbetrieb übergegangen. Abgesehen von der rationelleren Förderung ist der „Maschinentorf“ dem „Handstichtorf“ in mancher Beziehung überlegen. Fürs erste ist der Wassergehalt beim Maschinentorf gewöhnlich niedriger als beim Handstichtorf, weil letzterer infolge seiner porösen Zusammensetzung eine größere Aufsaugfähigkeit des Wassers nach seiner Trocknung besitzt, als der dichte Maschinentorf. Sodann ist der Maschinentorf infolge seiner Festigkeit für den Transport besser geeignet, als der lockere Handstichtorf. Die Leitung des „Vereins zur Förderung der Moorkultur im Deutschen Reich“ empfiehlt, beim Einkauf von Torf dem trockensten, aschenärmsten und dichtesten von dunkelster Farbe und kleinster Sodengröße den Vorzug zu geben. Dieser muß dann aber in einem trockenen, luftigen Raum aufbewahrt werden, wo die Möglichkeit vorhanden ist, noch nachtrocknen zu können.

Um den Torf vorteilhaft als Brennmaterial für Hausbrand zu verwenden, muß aber auch eine Heizanlage zur Verfügung stehen, die seiner Eigenart angepasst ist. Im Gegensatz zu Anthrazit und Roß, für die unsere Heizöfen meistens berechnet sind, verbrennt der Torf mit langer Flamme. Die Verbrennung desselben, d. h. die Entwicklung seiner Wärmeenergien erfolgt also nicht allein in der Feuerung des Ofens selbst, sondern verteilt sich noch auf einen Teil des Weges, durch den die Rauchgase in das Freie zu ziehen haben. Um aber diese Wärmeenergien für ihren Zweck zu gewinnen, müssen die

Rauchgase von der Feuerung weg durch einen längeren Weg in das Ramin geführt werden. Dies wird erreicht in einem Ofen mit großer Heizfläche, in dem zahlreiche Züge eingebaut sind und wird bestätigt durch die Torffeuerversuche, die Herr Direktor Umland-Berlin mit Rachel- und Eisenöfen vorgenommen hat. Als Versuchssubjekte dienten ein Berliner-Grundofen und ein Münchner-Lehrofen (Rachelöfen); die Eisenöfen waren vertreten durch einen „Patent Germane“ und einen „dänischen Spaltofen“. Sämtliche Öfen wurden mit der gleichen Menge Brennmaterial beschickt, die Rauchgase wurden in den Rauchröhren gemessen, unmittelbar nachdem sie den Ofen passiert hatten, ebenso die Zugsgeschwindigkeit und die Abgastemperaturen. Bei den Rachelöfen ergab sich nur ein Abgasverlust von 2,35 % bis höchstens 10,22 %, währenddem derselbe bei den Eisenöfen auf 28,32—33,82 % stieg. Der Wirkungsgrad der Rachelöfen schwankte zwischen 77,92 und 95,69 %; bei den Eisenöfen betrug derselbe aber nur 63—69,64 %. Als Ursache der schlechten Resultate der Eisenöfen bezeichnet Herr Direktor Umland die fehlerhafte Anordnung der Züge und vor allen Dingen den kurzen Weg, den die Rauchgase zur Verfügung haben, weshalb die Verbrennungsgase zu schnell und mit viel zu hohen Temperaturen (mit circa 300° Celsius) in das Ramin abziehen. Diese Versuche haben somit den einwandfreien Beweis erbracht, daß der Rachelofen dasjenige Heizungssystem ist, in welchem der Torf am vorteilhaftesten als Brennmaterial verwendet werden kann.

Aber auch nicht alle Rachelöfen eignen sich ohne weiteres für Torfbrand. Viele sind für Kohlenbrand, für die Beschickung mit Roß und Anthrazit eingerichtet. In diesen Öfen wird zwar die Verbrennung des Torfes eine sehr gute, die Wärmeverluste in das Ramin aber zu hohe sein. Diese Ursache liegt in der grundverschiedenen Beschaffenheit der beiden Brennstoffe. Der Roß ist ein kohlenstoffreicher, der Torf hingegen ein kohlenstoff-

armer Brennstoff. Der erstere benötigt zum Verbrennungsprozeß die größere Luftmenge, während dem Torf zu seiner Verbrennung die Hälfte derselben genügt. Hieraus ergibt sich, daß bei solchen Rachelöfen eine Änderung vorgenommen werden muß, die darin besteht, daß der weitspaltige Kohlenrost durch einen Rost ersetzt wird, dessen Spalten nur 5 Millimeter breit sind. In vielen Fällen wird es aber das zweckmäßigste sein, wenn man den Rost ganz wegläßt. Allerdings ist bei einem rostlosen Ofen die Anheizdauer eine längere, die Rachelwandungen erwärmen sich langsamer; dagegen hält das Feuer und die Glut länger an und die Abkühlung der Rachelwandungen erfolgt langsamer als bei Öfen mit Rost. — Ein weiterer Vorteil des rostlosen Ofens ist, daß derselbe bei richtiger Bedienung zum Dauerbrand benützt werden kann. Beim Anheizen füllt man je nach Bedarf die ganze Feuerung mit kleinen Torfstücken an und schließt nach 1—2 Stunden, wenn sich der ganze Torf in Glut befindet, die Türen dicht zu. Infolge des hohen Sauerstoffgehaltes des Torfes geht die Verbrennung trotzdem weiter vor sich, aber bedeutend langsamer, so daß am folgenden Morgen noch so viel Glut vorhanden ist, um die neue Beschickung zur Entzündung zu bringen. Dies wird man bei einem Ofen mit Rost nicht erreichen, es sei denn, daß man während des Tages 2—3 mal nachlegt, wodurch sich aber die Feuerungskosten bedeutend erhöhen.

Will man einen Rachelofen für Kohlenbrand in einen solchen für Torf umändern, so begnüge man sich nicht allein mit der Entfernung des Rostes und der bloßen Abdeckung seiner Öffnung, sondern fülle den Aschenkasten, der nun ohnehin überflüssig wird, mit Kieselsteinen und Quarzsand dicht aus. Dieser Rat mag dem einen und andern etwas komisch klingen und doch ist er voll und ganz berechtigt. Bekanntlich besitzen die Quarzkiesel ein hohes Wärmespeichungsvermögen, weshalb ja auch die Racheln „ausgetieselt“ werden. Ist nun der Sockel eines Ofens mit Kiesel-

steinen ausgefüllt, so akkumuliert diese Masse einen großen Teil der Wärme, gibt diese dann einestheils nach und nach wieder an den Feuerungsraum ab und fördert damit den Verbrennungsprozeß in diesem. Andernteils leitet die Kieselmasse, wenn sie durch mehrmaliges Heizen durch und durch erwärmt ist, auch an die Außenflächen des Ofens, an die unterste Rachel-schicht Wärme ab, wodurch ein solcher umgeänderter Ofen um bedeutendes an seinem Wirkungsgrade gewinnt. Es sind dies Vorteile, denen selbst in Berufskreisen noch viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Werden aus den eingangs erwähnten Gründen Öfen für Torfbrand umgeändert, so möge sich jeder Ofensezer zum Grundsatz machen, im Unterbau eines Ofens ja keinen Hohlraum zu dulden. Durch äußerst gewissenhafte Ausführung der Arbeiten steigert er die Leistungsfähigkeit und den Nuzeffekt seiner Arbeitsprodukte und trägt damit indirekt zur Einsparung von Brennmaterial bei.



Zur Verwendung des Zeitungspapiers.

(Nachdruck verboten.)

Der große Papiermangel lehrt uns auch dieses Material sparen und namentlich das oft so gering geschätzte Zeitungspapier wieder zweckmäßig verwerten. Wer keinen Gebrauch davon macht, führe es einer Sammelstelle zu, damit es von dort aus für die Papierindustrie wieder nutzbar gemacht werden kann. Viele Hausfrauen werden aber, namentlich zur Winterszeit, mannigfache Verwendung dafür suchen und bezügliche Ratschläge gerne entgegennehmen.

Daß Papier eine wärmende Wirkung hat, ist bekannt. Wer an kalten Füßen leidet, sollte sich aus Zeitungspapier praktische Einlegesohlen anfertigen. Diese werden aus mehrfach übereinandergelegtem Zeitungspapier in Sohlenform zugeschnitten; die oberste Lage deckt eine Sohle aus Wollstoff oder Tricot. Mit der Hand oder der Maschine steppt man die Sohle, die auch eingefast werden kann, einige Male hin

und her. Solche Papiersohlen halten den Fuß sehr warm und lassen sich rasch wieder erneuern.

Eine Teppich-Abfütterung mit Zeitungspapier macht im Winter das Zimmer behaglich, weil sie warm hält. Man heftet unter kleinere oder größere Teppiche acht- bis zehnfach zusammengelegtes Zeitungspapier. Bei großen Teppichen genügt es, wenn man mehrere Lagen aus Zeitungspapier unterlegt.

Fenstermäntel aus Zeitungspapier leisten im Winter auch gute Dienste. Man legt verschiedene Lagen in der richtigen Größe aufeinander, durchstept sie und überzieht das Papier mit einem warmen Überzug. Zwei Henkel zum aufhängen am Fensterplatz vervollständigen den Wandbehang.

Mit angefeuchtem Zeitungspapier kann man auch Fenster dichten. Die Zeitungsbogen werden zu ganz schmalen Rollen zusammengebreht und recht naß gemacht. Im feuchten Zustande dreht man sie dann so fest zusammen, daß eine dicke Schnur daraus entsteht. Diese wird an die Fensterfugen gelegt und verhindert das Eindringen kalter Luft in das Zimmer.

Wer keine Kochkiste besitzt, dem wird ein Papierkochtopf wertvolle Dienste leisten. Geschickte Hände werden ihn ohne Mühe herstellen können. Zehn- bis zwölffach aufeinandergelegtes Zeitungspapier wird lose um den Topf gefaltet, der zum Gebrauch im Papiertopf ausersehen ist. Die Form muß natürlich ein wenig größer gehalten werden, als der Kochtopf, damit dieser ohne Mühe in den Papiertopf gebracht werden kann. Der Papiertopf braucht dabei nicht zu ängstlich der Form des Kochtopfes angepaßt zu werden. Man näht nun mit großen Stichen das vielfache Zeitungspapier durch, damit die Bogen nicht auseinanderfallen. Der Boden für den Papiertopf wird aus etwa 15—20-fachem Papier zugeschnitten und mit überwendlichen Stichen der Seitenwandung angenäht. An den Innenrand des Bodens wird eine 3 Cm. dicke Rolle aus zusammengelegtem Zeitungspapier, das man vorher

recht naß gemacht hat und wieder trocknen ließ, fest angebrückt. Wenn nötig, wird oben für den Henkel eine schmale Öffnung ausgeschnitten. Für den Deckel heftet man das Papier sehr dick zusammen, schneidet es rund und näht rings herum eine dicke Papierrolle auf, die etwas über den Deckel hinausstehen muß, so daß sie den Papiertopf übergreifend umfaßt. Je länger dieser Deckelübertritt ist, umso besser bleibt die Wärme im Papiertopf erhalten. Nun legt man noch eine Papierrolle oder Rissen bereit, die man, nachdem man den Topf mit dem kochenden Gericht in den Papiertopf gestellt hat, oben zum ausfüllen benutzt. Der Papiertopf wird nun am besten auf eine hölzerne Unterlage gestellt. Das Papier hält die Hitze fest und das Gericht kocht in der Papierumhüllung gar. Vereinfachen läßt sich das Kochen in Papier dadurch, daß man ein paar Zeitungen aufeinanderlegt, den Topf mit dem kochenden Inhalt rasch hineinsetzt, das Papier fest um den Topf schlägt und die Hülle oben mit einer Schnur zubindet.

Wer kleinere Tiere den Winter über hält, soll den Stall öfter mit Zeitungspapier auslegen. Hunde, Hühner, Tauben werden das Zeitungspapier als Wärmespende angenehm empfinden. Es ist selbstverständlich, daß das Zeitungspapier öfters erneuert werden muß.

Für frische Blumen, die man im Winter eine Strecke weit tragen muß, ist es ratsam, unter das übliche Seidenpapier einen Bogen Zeitungspapier zu wickeln, weil diese Hülle viel sicherer die Blumen vor dem Erfrieren schützt, als das Seidenpapier.

Ebenso schlage man während des Winters die ausgegrabenen Wurzeln, die man gewöhnlich im Keller verwahrt, in Zeitungspapier ein.

Auch werden gewisse Obstsorten, z. B. Birnen und Äpfel, nicht erfrieren, wenn sie während der kalten Wintermonate eine Zeitungsumhüllung bekommen. M. T.



Das Freimachen des Herzens ist selbst ein Reichtum; wer nicht am Reichtum klebt, der gewinnt einen solchen.

Haushalt.

Sehr beachtenswerte Ratschläge für die Aufbewahrung des Winterobstes,

die im Hinblick auf die große Bedeutung der Nuzbarmachung aller verfügbaren Nahrungsmittel für die Ernährung unseres Volkes während der Kriegszeit wertvoll sind, gibt Joh. Schneider, der bekannte Schriftleiter der Zeitschrift „Der Lehrmeister im Garten und Kleintierhof“ in einem in der Sammlung „Aus Natur und Geisteswelt“ erschienenen Werke „Der Kleingarten“ (Verlag von B. G. Teubner, Leipzig und Berlin).

Aufbewahrung des Winterobstes. Das geerntete Winterobst ist wohl baumreif, aber noch nicht zum Genuß geeignet. Es muß erst die Lagerreife haben, die durch zweckmäßige Aufbewahrung in einem geeigneten Raume erreicht wird.

Zur Einlagerung des Winterobstes eignet sich jeder Raum, der eine möglichst gleichbleibende Luftwärme von etwa 3° C. hat. Licht- und Luftzutritt müssen geregelt, d. h. nach Bedarf ein- und ausgeschaltet, verstärkt oder vermindert werden können. Die Luft soll trocken oder doch nur mäßig feucht sein. Ein in die Erde eingebautes Obsthause aus Beton bewährt sich am besten, doch ist auch jeder gute Keller zur Einlagerung geeignet.

Die innere Einrichtung eines Obstlager-raumes besteht aus hölzernen Gestellen, die einen Meter breit sind, sowie ausziehbare Gurben von einem Meter Länge und Breite. Bei großen Obstmengen von einer Sorte ist das Aufschichten in Haufen unmittelbar auf den Boden zulässig und zweckmäßig; die Hauptsache bleibt nur die sorgfältige Ausscheidung aller beschädigten, faulen oder wurmförmigen Äpfel. Beim Einlegen in die Gurben dürfen ebenfalls mehrere Lagen übereinander aufgeschichtet werden, unerlässlich ist dann aber das von Zeit zu Zeit erfolgende Umlegen und Auslesen der schlechten Früchte. Selbstverständlich ist genau darauf zu achten, wann die Früchte lagerreif sind. Eine Obstsorte, die im Dezember lagerreif wird, kann bereits im Anfang des Monats zum Verbrauch gebracht werden. Es genügt dann das mehrtägige Lagern in einem wärmeren Raum, um sie genuffertig zu machen. Die natürliche Reife kann nur durch anhaltend niedere Temperatur, durch mäßige Luftfeuchtigkeit und das Abhalten des Lichtes wesentlich verzögert werden.

Einen vorzüglichen Ersatz für Zichorie liefern die gerösteten Apfelschalen. Die sauberen Schalen werden entweder zerschnitten im Bratofen gedörrt oder wo dies nicht möglich ist, in der Pfanne braun geröstet und ge-

mahlen. Man nimmt zur Hälfte Kaffee, zur Hälfte Schalen bei der Zubereitung und erhält ein schmackhaftes Getränk. Die Äpfel sind vor dem Schälen sauber abzureiben. Stiel und Büxen werden entfernt, sowie natürlich auch alles Wurmstichige. -r-

Rübe.

Rezepte.

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

Italienische Suppe (für vier Personen). Zutaten: 30 Gr. Makaroni, 30 Gr. gelbe Erbsen, 30 Gr. Bohnen, 1 Kartoffel, $\frac{1}{2}$ Rübe, $\frac{1}{2}$ Lauch, 2 Liter Wasser, für die Kochliste $1\frac{1}{2}$ Liter Wasser, Petersilie, 4 Eßlöffel Milch, 10 Gr. Fett, 10 Gr. Mehl. Zubereitung: Die erlesenen, gewaschenen und eingeweichten Bohnen und Erbsen werden mit der klein geschnittenen Kartoffel, Suppengrün und weichem Wasser in zirka 2 Stunden weichgekocht. Hernach wird die Suppe durch ein Sieb gestrichen. Das Mehl wird im Fett gut durchgeschwitzt und mit der durchgestrichenen Suppe abgelöscht. Nach dem Aufkochen fügt man die Makaroni bei, läßt die Suppe nochmals $\frac{1}{4}$ Stunde kochen, schmeckt sie mit Salz und Milch ab und richtet sie über gewiegte Petersilie an. Kochliste: Die Suppe kommt vor dem Durchstreichen in die Kochliste. Vorkochzeit 20 Minuten, Zeit in der Kochliste wenigstens 2 Stunden.

Aus „Unser tägl. Brot in der Kriegszeit.“

Gekochtes, gebratenes Kaninchenfleisch. Die gut gewaschenen Vorderläufe, Hals und Bauchlappen kocht man mit Salz und Suppengrün in Wasser weich. Dann nimmt man das Fleisch aus der Brühe und läßt es in etwas Fett samt Zwiebelstreifen bräunen; zuletzt gibt man einen Schöpflöffel Brühe daran und beiräufelt das Fleisch beim Anrichten mit Zitronensaft. W.

Fisch mit Gemüse (Picheltsteiner-Art.) 500 Gr. Fisch, 750 Gr. Kartoffeln, 750 Gr. Gemüse (Mohrrüben, Kohlrabi und etwas Sellerie), 1 Eßlöffel gehackte Petersilie, Salz, 25 Gr. Fett, 2-3 Bouillonwürfel, $\frac{3}{4}$ Liter Wasser. Der Fisch wird nach dem Vorbereiten in Würfel geschnitten; Trocken- oder Salzfish muß entsprechend eingeweicht werden. Die Kartoffeln werden geschält und in Scheiben geschnitten, die Gemüse gleichfalls. In einen Kochtopf mit fest schließendem Deckel legt man abwechselnd Gemüse, Kartoffeln — diese mit etwas Petersilie bestreut — und Fischwürfel; ist alles eingeschichtet, so gießt man das Wasser, in dem Fett, Würfel und Salz aufgelöst sind, darüber und stellt das Gericht am besten

in den Bratofen, wo es bei gleichmäßiger Hitze von allen Seiten langsam gar wird. Man kann es aber auch auf dem Feuer 20–25 Minuten ankochen und dann in die Kochliste stellen, oder in der festverschlossenen Puddingform im Wasserbade kochen. Kochzeit $1\frac{1}{4}$ Stunde oder $1\frac{1}{2}$ Stunde in der Kochliste, vom Einsetzen an gerechnet, nach genügendem Ankochen.

„Die fleischlose Küche in der Kriegszeit.“

Pilzkartoffeln. 500 Gr. Steinpilze (oder ein entsprechendes Quantum gedörrte Pilze), gereinigt und in Scheiben geschnitten, werden in wenig Salzwasser ziemlich weichgekocht, dann abgegossen, durch die Maschine getrieben oder fein gewiegt, mit etwas Zwiebel fertig gedünstet, mit 2 Eßlöffel Mehl und dem Pilzkochwasser zu einem dünnflüssigen Gemüse verflocht. In Scheiben geschnittene Kartoffeln werden beigelegt, damit noch etwa $\frac{1}{4}$ Stunde gedünstet und mit etwas Pfeffer, Paprika oder feingewiegteter Petersilie gewürzt, angerichtet.

M.

Rohlsalat. Der sauber gewaschene Rohl wird mit einem Hobel oder Messer möglichst fein geschnitten, dann mit etwas fein gehackter Zwiebel, Essig oder Zitronensaft, Öl, Pfeffer und Salz vermengt und serviert. Er kann auch so angerichtet werden, indem man den gehackten Rohl in eine Pfanne gibt und zugedeckt solange dünstet, bis er zusammenfällt oder auch ganz weich ist. Oft wird auch dem Siedefleisch etwas Rohl beigegeben. Diesen schneidet man heiß mit dem Messer einigemal durch und mischt ihn mit Essig, Pfeffer und Salz und gibt ihn so zum Rindfleisch. Öl ist hier nicht erforderlich.

Aus „Gemüseküche“.

Weisse Bohnen mit Apfelmus. 400 Gr. weiße Bohnen, 1 Kilo Kochäpfel, Wasser, Salz, Zucker; ein Eßlöffel flüssiges Fett. Die 24 Stunden vorher eingeweichten Bohnen werden mit Wasser und Salz weichgekocht und durchgetrieben, so daß man einen zarten Brei erhält. Aus den nur gewaschenen und zerschnittenen, aber nicht geschälten Äpfeln kocht man ein Mus und süßt es. Bohnen und Apfel werden nun entweder gemischt oder die Bohnen in der Mitte, das Apfelmus im Kranz darum gegeben. In letzterem Falle kann man auch ein Kartoffelmus aus 1 Kilo Kartoffeln unter den Bohnenbrei rühren. Das zerlassene Fett träufelt man darüber.

„Die fleischlose Küche in der Kriegszeit.“

Apfel in Gelee, auf folgende Weise zubereitet, sind schmackhaft und bekömmlich, überdies billig und hübsch von Ansehen. Man schält mittelgroße Äpfel (auf jede Person ein Stück), bohrt das Gehäuse aus und kocht die ganzen Äpfel in Wasser mit Zucker, etwas Zimt und Zitronenschale weich. Doch muß man sehr aufpassen, daß sie nicht zerfallen.

Dann nimmt man sie heraus und legt jeden Apfel in eine Tasse. Der Saft wird mit etwas in lauem Wasser gelöster roter Gelatine verrührt und in jede Tasse bis zum Rande gefüllt. Ist der Inhalt fest geworden, so stürzt man jede Portion auf einen Glasteller. Der rote Gletscher, der den weißen Apfel umschließt, sieht sehr appetitlich aus.

F.

Rohlrübenbrot, das wie Kuchen schmeckt, bereitet man wie folgt: 500 Gr. gekochte Rohlrüben treibt man durch die Reibe- oder Fleischhackmaschine, fügt eine Tasse Zucker, Saft und Schale einer Zitrone, Vanillin oder Mandelersatz nach Geschmack, etwas Salz und 500 Gr. Mehl bei, wirkt alles zu einem gründlichen Teig, fügt zwei Päckchen Backpulver bei, formt ein oder zwei lange Brote davon und bäckt sie auf eingefettetem Blech in mittelheißem Ofen $\frac{3}{4}$ –1 Stunde. In einem irdenen Gefäß aufbewahrt, bleiben sie besonders weich und wohlschmeckend.

Gesundheitspflege.

Zum Erwärmen der Füße an Stelle von heißen Bettflaschen und Krügen sind Tücher aus altem Flanellstoff oder andere helle alte Wollstoffe zu empfehlen. Hat man keine große Tücher für diesen Zweck vorrätig, so läßt sich ein Fußsack, der bis an die Knie reicht und den Füßen bequem Platz gewährt, aus zusammengesetzten wollenen, jedoch waschbaren Stücken in doppeltem Fache zusammensetzen. Wer große Tücher besitzt, breitet das erwärmte Tuch vor dem Schlafengehen auf den untern Teil des Bettes und überschlägt es bis an die Knie. So erwärmen sich die Füße rasch, ohne daß eine Verweichlichung stattfindet.

J. P. B.

Krankenpflege.

Verrenkungen (Luxationen). Die Verrenkungen bedeuten eine dauernde Verschiebung der Gelenk-Enden, die sich nicht von selbst wieder ausgleicht. Der eine Knochen steht dann vor, hinter oder neben dem andern und erzeugt dadurch eine sichtbare Formveränderung des Gelenks. Natürlich kann ein solches Gelenk gar nicht oder nur schwer bewegt werden, ist schmerzhaft und geschwollen. Die Erkennung einer Verrenkung ist für den Ungeübten oft recht schwierig, besonders an der Schulter, wo dicke Fleischmassen das Gelenk bedecken, aber eine unrichtige Behandlung würde für immer den Gebrauch des Gliedes in Frage stellen. Deshalb ist in Zweifelsfällen schleunigst ein Arzt zu holen, der das verrenkte Glied, vielleicht in Chloroformnarkose, einrichten und dann einen geeig-

neten Verband anlegen wird. Die Pflegerin muß sich begnügen, einstweilen das Glied bequem zu legen und kalte Umschläge zu machen.

Als gutes Mittel gegen den Husten (auch Reuchhusten) empfiehlt man den Thee aus Haferstroh. Zu diesem Zwecke wird reines Stroh in Häcksel geschnitten und aufgekocht. Der etwas bräunliche Thee wird mit Zucker versüßt getrunken und verliert dabei seinen etwas faden Geschmack. Man trinkt morgens und abends je eine Tasse voll, frisch zubereitet.

Kinderpflege und -Erziehung.

Der Wert des Gurgelns. Durch regelmäßiges Gurgeln werden viele Mund- und Halskrankheiten verhütet, denn die stete Reinigung beseitigt die etwa dorthin gelangten Krankheitserreger, bevor sie sich zu gefährlicher Menge vermehrt haben. Auch auf die Gaumenmandeln gelangte Bakterien werden rechtzeitig entfernt, so daß ihr Eindringen in das Gewebe oder in die Saftkanäle verhütet wird. Die Mandeln bilden erfahrungsgemäß die gefährlichsten Eingangsporten für Ansteckungskeime; es besteht entschieden ein ursächlicher Zusammenhang zwischen Mandelentzündungen und Gelenkrheumatismus, manchen Nierenkrankheiten, Darmentzündungen usw. Ein stetes Halsreinigen durch Gurgelungen ist deshalb nützlich und notwendig. Namentlich bei den so häufigen Halsschmerzen der Kinder macht man mit richtig ausgeführten Gurgelungen günstige Erfahrungen. Bei katarrhalischen Halsbeschwerden sind die erkrankten Schleimhäute vorzugsweise geeignet zur Aufnahme von Krankheitsstoffen, wie z. B. der Diphtheriebazillen. Daher muß bei Kindern auch dem anscheinend unbedeutendsten Katarrh der Mund- und Rachenhöhle gleich entgegengetreten werden durch öftere Gurgelungen mit Salzwasser (eine Messerspitze Salz auf ein Glas Wasser). Kinder kommen häufig mit sogenannten „ständigen Bazillenträgern“ unter ihren Kameraden zusammen, welche, obgleich selbst gesund, auf ihrer Rachenschleimhaut giftige Krankheitskeime beherbergen. Bei einer Durchsichtung auf das Vorhandensein von Diphtheriebazillen fand man unter 100 Fällen bei 24 Kindern vollgiftige Bazillen, ohne daß die Kinder die Spur einer Erkrankung zeigten. Ist aber die Rachenschleimhaut durch Katarrhe geschädigt oder verletzt, so können die Krankheitskeime ins Gewebe eindringen und ihr Zerstörungswerk ausüben. Sofortige Gurgelungen werden dies meist verhindern. Am besten und tiefsten werden Rachen und Mandeln von dem Gurgelwasser umspült, wenn man nicht wie gewöhnlich „r“ ertönen läßt, sondern „a“, wobei allerdings leichter einmal ein Verschlucken von Flüssig-

keit stattfindet, was aber bei Salzwasser ungefährlich ist. Kleinere Kinder müssen täglich morgens und abends zum Gurgeln angeleitet werden.
Dr. Thraenhart.

Gartenbau und Blumentultur.

Unter den Weihnachtsblumen, welche der Gärtner verkauft, nehmen die aus Blumenzwiebeln getriebenen Hyazinthen, Tulpen, Krokus usw. den ersten Platz ein. Um den Laien vor üblen Erfahrungen zu bewahren, wollen wir vorweg bemerken, daß die Freibkultur von Hyazinthen und Tulpen, wenn sie zu Weihnachten blühen sollen, im Gewächshause möglich, im Zimmer aber unsicher ist. Auf einen sicheren Erfolg kann der Laie nur im Januar und Februar rechnen. Eine Ausnahme machen höchstens die sog. französischen Hyazinthen und die bekannte Früh-Tulpenart Duc van Toll. Krokus können für Weihnachten schon leichter zur Blüte gebracht werden. Will aber der Gartenfreund ganz sicher gehen, so sei ihm zunächst die Kultur der Wassernarzisse empfohlen. Sie ist zugleich so interessant, daß sie während ihrer ganzen Entwicklungsperiode die Aufmerksamkeit der Familienglieder in Anspruch nimmt. Wir nehmen eine Glasschale und füllen sie bis zur Hälfte mit Kies oder Sand. Auf die Oberfläche setzen wir im November 3–5 Zwiebeln und drücken sie leicht an, damit sie nicht schwimmen. Darauf füllen wir die Schale mit Wasser, und zwar soweit, daß es etwa $\frac{1}{3}$ Cm. die Rieschicht übersteigt. Das so bepflanzte Gefäß wird an einen Ort gebracht, wo die Temperatur eine gleichmäßig warme ist, um das Wachstum der Zwiebeln schnell zu fördern. Später bringen wir die Schale nahe an das Fenster und wir haben die Freude, zu beobachten, wie sich die prächtigen weißen Blüten bald zu voller Schönheit entfalten.

Die lieblichen kleinen Frühlingsherolde, die Schneeglöckchen, kann man sehr wohl auch für Weihnachten zur Blüte bringen, wenn man dazu die neue Art *Galanthus Elwesi*, Weihnachts-Schneeglöckchen, verwendet. Der Wuchs der Stengel und die Blüten sind weit kräftiger und größer als diejenigen beim gewöhnlichen Schneeglöckchen *Galanthus nivalis*. Die Freibkultur ist einfach. Wir setzen 6 bis 10 Zwiebeln in einen Topf und stellen diesen zunächst an einen dunklen Ort. Bei mäßiger Befeuchtung erfolgt die Bewurzelung und die Triebe brechen hervor. Sobald die grünen Blattspitzen sichtbar werden, bringen wir die Schneeglöckchen ans Fenster des Zimmers, wo sich die Blumen bald entwickeln. Sie bleiben um so länger im Flor, je kühler der Standort ist.

R. R.



Frage-Ecke.

Antworten.

80. Den gleichen Prozeß, wie alles, was in der Pfanne gekocht wird, machen die Beeren in den verkorkten Flaschen durch: die Hitze treibt sie auseinander. Deshalb Ihr Mißlingen beim Sterilisieren. Das nämliche habe ich auch erlebt; diesen Sommer jedoch nicht mehr. Ich habe gegen hundert Stück Flaschen und Gläser, Früchte, Beeren, so gut wie Gemüse, auf folgende Art mit gutem Erfolg im Dampf sterilisiert. Die Flaschen und Gläser werden wie üblich eingefüllt, jedoch nicht verschlossen in den Sterilisierhafen auf einen hölzernen, durchlöcherten Boden gestellt. Letzterer muß etwas in die Höhe gestellt werden, weil man das Wasser nicht die Flaschen erreichen läßt. Man hat dabei noch den Vorteil, daß man die Gläser nicht durch Tücher oder Stroh von einander zu trennen braucht, es entsteht keine Reibung. Der Hafen wird geschlossen und es wird wie gewöhnlich sterilisiert. Zuletzt hebt man den Deckel sorgfältig weg, nimmt ein Glas ums andere heraus, verschließt es nach Vorschrift, stellt es wieder in den Hafen, schließt zu und bringt das Ganze nochmals zum Kochen. 5—10 Minuten Kochzeit genügen dann. Die Flaschen habe ich sogar, ohne sie herauszunehmen, verkorkt. Weil sie auf einer hölzernen Unterlage standen, konnte ich ganz gut den Kork hineinklopfen. Ich wünsche Ihnen für nächstes Jahr ebensoviel Gelingen. L. B.

94. Hier ein gutes Geleerezept. Auf 1 Kilo Quitten nimmt man 1 Kilo Apfel (späte Sorten), weil diese noch mehr Leimstoffe enthalten. Man kann aber auch weniger Quitten nehmen. Das Gelee wird noch feiner, wenn der Quittengeschmack nur schwach vorherrscht. Die Quitten und Apfel werden geschält und das Kernhaus entfernt, dann die Schalen und das Kernhaus mit $1\frac{1}{2}$ Liter Wasser auf schwachem Feuer weich gekocht. Den Saft läßt man durch ein über einen Stuhl gespanntes Tüchlein abtropfen. Auf 1 Liter Saft rechnet man 250 Gr. Zucker. Dieser wird bis zu Gelee-dicke eingekocht, in Gläser gefüllt und, wenn erkaltet, verbunden.

Ein einfacheres Verfahren, und in der jetzigen Zeit eher zu empfehlen, ist folgendes. 1 Kilo Apfel, 500 Gr. Quitten werden von Stiel und Büxen befreit, in Stücke geschnitten und

auf schwachem Feuer oder in der Kochkiste weich gekocht. Dann wird die Masse durch ein Salatsieb gedrückt und nachher noch durch ein feines Sieb gestrichen. Der Abfall ist dann sehr klein. Auf 1 Kilo Mus rechnet man höchstens 400 Gr. Zucker. Alles wird zu Gelee-dicke eingekocht und in Gläser gefüllt. Es ist ein ergiebiger Brotaufstrich, der auch ohne Butter gut schmeckt, besser als das klare Gelee. G.

95. Vor 30 Jahren konnte man solche Eisensapfpfannen zu Susanna Müllers Selbstkocher beziehen. Es waren tiefgehende Eisensapfpfannen, bei denen der Boden so weit ausgeschnitten war, daß die Selbstkocherpfannen noch auf dem Rand standen. Vielleicht erhalten Sie in einem Haushaltsgeschäft oder bei Gelegenheitskauf eine beschädigte Eisen- oder Emailpfanne und können dann den Boden Ihren Kochgefäßen anpassend ausschneiden lassen. Ich würde Ihnen aber doch zu einem oder zwei passenden Kochgefäßen raten, denn es geht eben auf obige Art Hitze verloren. G.

96. Ein Versuch wird Sie befriedigen! Machen Sie den Fenstermantel entweder aus mehreren dick aufeinandergelegten Zeitungspapieren, die Sie zusammenheften und mit Stoff überziehen. Noch besser kann der Erfolg sein, wenn Sie das Papier stark zerknüllen und dann wieder auseinanderziehen. Auch Papierschnitzel erfüllen den Zweck. P.

Fragen.

97. Kann man aus weißer Schafwolle eine gute Strickwolle herstellen lassen, um für etwas empfindliche Füße Socken zu stricken? Bisher wurde Seidenwolle verwandt, die aber nicht mehr erhältlich ist. Wer besorgt die Verarbeitung? K.

98. Man empfiehlt die Torffeuerung heute allgemein; ich beobachte aber, daß solche die Luft verschlechtert. Fehlt es an der richtigen Heizung oder ist ein anderer Umstand schuld daran? Für Aufklärung aus Fachkreisen dankt Ch.

99. Worin besteht der Unterschied in der Herstellung von gewöhnlicher Hasergrünze und der schottischen Hasergrünze? Für gütige Auskunft besten Dank. X.



Geflügel.

Die besten Legehühner.

Preisliste gratis. (P. 6754 F)

J. Marchal

Merlach (Murten).

Verein ehemaliger Schwandschülerinnen.

Die Jahresbeiträge pro 1918 werden in nächster Zeit per Postnachnahme erhoben. Um prompte Einlösung bittet Die Kassierin: R. Walther, Affoltern i/E.

NB. Unfälle Adressänderungen sind gefl. sofort anzugeben, wobei zur Erleichterung der Kontrolle auch die alte Adresse zu nennen ist.