

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

Band: 26 (1919)

Inhaltsverzeichnis

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: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

h. Deligmannen C/p. k.

Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweizerische Blätter
für Haushaltung, Küche, Gesundheits=,
Kinder= und Krankenpflege, Blumen=
:: kultur, Gartenbau und Tierzucht. ::

.....

Herausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von
Lina Schläfli in Zürich.

—== 1919 ==—



Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich.

Inhalts-Verzeichnis

Nr.	Seite	Nr.	Seite
Allgemeines.			
1—3 Die natürliche Ernährung des Säuglings, von H. E.	1, 9, 17	14 Welche Obstsorten sind die besten zum Einmachen?	108
1 Zur Geschmacksverbesserung unserer Speisen, von Dr. Schröder	4	15 Die Konservierung im Haushalt, v. F. R.	113
2 Das Brot, von H. Laue	11	15 Ueber Säuglingsernährung, von N. De. med. pract.	116
3 Neue Nahrungsmittel in der amerikanischen Hauswirtschaft, von M. D. S.	19	16 Einfache Gerichte für den Sommer, v. F. R.	121
3 Das Kochen im Dampf, von Dr. Schröder	20	16, 17 Kochen im Damp, von F. R.	123, 129
4 Schmücke dein Heim, von H. R.	25	16 Die Hagebutte	124
4 Schütze die Vorräte an Kartoffeln, anderen Feldfrüchten und Obst vor Kälte!	26	17 Vorsicht beim Obstessen, v. Dr. Thraenhart	131
4 Zur Milchverwertung	27	17 Gefäße und Geschirr	132
4 Wie schütze ich mich gegen übermäßigen Haarausfall? von Dr. Karl Schmitz	27	18 Gemüse in Salz und Essig, v. F. R.	137
5 Maniocaspeisen	33	18 Einige Ratschläge zur kommenden Obsternte	140
5 Gegen den Fleischgenuß, von L. F.	34	19 Nebeneinander — Miteinander, von G. S.	145
5, 6 Arbeiten im Garten, aus „Der Familiengarten“	35, 42	19 Zur Förderung des Süßmostkonsums, von Bschoffe	146
5 Frühaufstehen im Frühjahr, v. Dr. Gerner	36	19 Vom Lehmloß zur Aluminiumpfanne, von B. R. L.	147
6, 7 Die Ursachen der Verderbnis unserer Nahrungsmittel, von F. R.	41, 49	19 Abwehrmittel gegen Müdigkeit und Ermüdung, von Dr. Schröder	148
6 Gegen die fleischlosen Wochen	44	20 Anleitung zum Einkauf und zur Aufbewahrung von Lagerobst	153
7 Fleischlose Wochen, von H. E.	51	20 Die künstliche Erwärmung der Wohnung	156
7 Schädliche Frühjahrspflanzen, von Dr. Schröder	52	21 Von den Kastanien, von Silvia Andrea	161
8 Räte der Hausfrau, von R. Gutersohn	57	21 Süßer Most, von R. G.	163
8 Was essen wir in der fleischlosen Woche?	59	21 Einmachen von Rabis, Rotkraut und Wirsing, von R. Gutersohn	163
8 Die natürliche Ernährung des Säuglings, von Jeanne Schüd	60	22 Von Dienstmädchen, von Marie Steiger-Lenggenhager	169
9, 10 Die Kartoffel und das Brot, von Elisabeth Friedrichs	65, 73	22 Gesundheitliche Schädigung durch enge Kleidung, von Dr. G.	172
9 Die künstliche Ernährung des Säuglings, von Jeanne Schüd	67	23 Sparsamkeit im Haushalt, von Isa von der Lütt	177
9 Landwirtschaftliche Kleinproduktion	69	23 Zur Aufbewahrung d. Kartoffeln im Winter, von G.	179
10 Frühjahrsgemüse aus Feld und Wald, von M. L.	75	23 Kopf- und Haarpflege, von Dr. Gerner	179
10 Zur Verwertung des Rhabarbers, von Luise Kiemer	76	24 Geben, von G. S.	185
11, 12 Krankheiten und Schädigungen der Gemüsepflanzen	81, 89	24 Winterlich wildwachsende Rußpflanzen	186
11 Vergiftungsgefahren im Sommer, von Dr. R. M.	83	24 Warme Wohnräume im Winter, von R. B.	187
12 Die fleischlosen Tage, von R.	91		
12 Das Sammeln von Laubheu	92	Haushalt.	
13 Unser Ferienhaus, von Isa v. d. Lütt	97	1 Kartoffelaufbewahrung im Winter	5
13 Rühlhaltung d. Wohnungen, v. Dr. Schröder	99	1 Pflege des Schuhwerks	5
14 Würz- und Genußstoffe der Nahrung, von R. Jung	105	1 Verfilzte Strümpfe wieder geschmeidig zu machen	6
14 Unsere Kinder in den Sommerferien, von Dr. Schröder	107	2 Vom Blech	13
		2 Gefrorene Fensterscheiben aufzutauen	13
		2 Mattieren von Fensterscheiben	13
		3 Mehhlhaltige Nahrungsmittel weich und schleimig zu kochen	21
		3 Rohe Kartoffelschalen als Reinigungsmittel für schmutzige Hände	21
		3 Behandlung der Schlittschuhe	21

Nr.	Seite
4 Das Färben der Speisen	29
4 Waschen wollener Strümpfe und Unterkleider	29
4 Zigarrenasche als vorzügliches Putzmittel	29
4 Grünspan zu entfernen	29
5 Das Keimen der Kartoffeln im Keller	37
5 Selbstbereiteter Kitt	37
5 Lederfuge an Möbeln und farbige Leder- taschen aufzufrischen	37
5 Verwendung gebrauchter Theeblätter	37
6 Zweckmäßige Behandlung der Besen und Handfeger	45
6 Das Abkochwasser von Leigwaren ein vor- zügliches Stärkewasser	45
6 Tintensflecken an den Händen zu entfernen	45
7 Beurteilung des Alters und des Ernährungs- zustandes beim Geflügel	53
7 Bohnenwasser als Reinigungsmittel für wollene Stoffe	53
7 Flecken in weißen Strohhüten zu entfernen	53
8 Gelb gewordene Wäsche zu bleichen	61
8 Lackleder-Gegenstände zu behandeln	62
9 Kaffee-Ersatz	69
9 Hartgewordene Gummiringe wieder ge- brauchsfähig zu machen	70
10 Werft die Sellerieblätter nicht weg!	77
10 Gegenstände von Britanniametall zu reinigen	77
11 Ueber das Kaffeeroften	84
12 Blumen und Blumenvasen	93
12 Waldmeister als Ersatz für chinesischen Thee	93
13 Gegen die Verwendung der Rhabarberblätter	100
13 Pulverisierte Schlemmkreide als Reinigungs- mittel	100
13 Kampferspiritus, ein gutes Mittel, um welke Pflanzen zu erfrischen	101
14 Badewannen zu reinigen	109
14 Behandlung brüchig gewordener Gummi- gegenstände	109
15 Bekämpfung der Fliegenplage	117
15 Loslösen festigender Glasstöpsel	117
15 Behandlung künstlicher Gummiringe	118
16 Sonnenschirme zu waschen	125
16 Dörren der Zwiebeln	125
16 Rostflecken aus Blechgeschirr zu entfernen	125
17 Maggis Bratensauce	133
17 Maß und Gewicht in der Küche	133
18 Aufbewahrung der Weintrauben	141
18 Feine Birnen lange frisch zu erhalten	141
18 Wie erkennt man gute Mehlsorten?	141
18 Delfarben aus wollenen Stoffen zu ent- fernen	141
19 Wie schützt man das Haus gegen Feuers- gefahr?	149
19 Salmiak als Reinigungsmittel	149
20 Die Vorbereitung des Kellers zur Aufnahme der Wintervorräte	157
20 Hagebuttenkerne als Ersatz für chinesischen Thee	157
21 Vorteilhafteste Verwertung der Obstabfälle	165
21 Restlose Verwertung der Kohlenreste	165
21 Gummiringe der Einmachgläser aufzube- wahren	165
21 Behandlung der Gummischuhe	165
21 Mahagonimöbel aufzufrischen	165
22 Wie können Zimmerbrände gelöscht werden?	173

Nr.	Seite
22 Das Auftauen erfrorener Nahrungsmittel	173
23 Gefrorenes Fleisch wird zarter	180
23 Frische und alte Eier soll man nie zusammen kochen	181
24 Der Weihnachtschmuck von Zimmer und Tisch	188
24 Die Zitrone	188
24 Farbige wollene Wäsche zu waschen	188
24 Zwiebelgeruch an Messern zu entfernen	188

Gesundheitspflege.

1 Winterliche Hautpflege	7
2 Rote Hände und ihre Behandlung	14
3 Das hygienische Bett	22
5 Gesundheitlicher Wert der Zwiebel	39
6 Unsere Kleidung im Frühjahr	46
8 Ekregeln	63
9 Die Kopfbedeckung der Männer	71
10 Das Nafahren als Heilmittel für Nervöse	79
11 Gefahren des Gelbes	86
12 Der Schwimmsport als Kräftigungsmittel für die weibliche Jugend	94
13 Gesundheitliche Schädigungen durch enge Kleider	102
14 Die Wahl der richtigen Nahrung für Ner- vöse	111
16 Splitter schmerzlos auszuziehen	127
16 Waschwasser zur Beseitigung von Hautun- reinigkeiten	127
17 Salzwasser als Mittel gegen Durst und Hitzeschwerden	135
18 Die Schweißabsonderung	143
19 Kalte Füße	150
21 Der Bienenhonig als Haus-, Heil- und Volksmittel	166
23 Die Triestuchabreibung	182
24 Gesundheitswert des Schlittschuhlaufens	190

Kindernpflege und -Erziehung.

1 Störungen in der Sprachentwicklung der Kinder	7
2 Verhütung und Beseitigung des Plattfußes	15
3 Abhärtungsmaßnahmen bei kleinen Kindern	23
4 Unzweckmäßige Strümpfe als Ursache der Verunstaltung der Kinderfüße	31
5 Verstopfung im Schulalter	39
7 Erziehung zur Naturfreude	55
10 Soll man die Kinder zum Essen zwingen?	79
11 Wanderungen für Schulkinder	87
12 Pflanzenpflege als Kinderbeschäftigung	95
13 Sonnige, lustige Aufenthaltsräume für Neu- geborene	102
15 Maßnahmen bei Blähungen und Kolikbe- schwerden der Säuglinge	120
16 Einfaches Mittel, um bei Schulkindern an heißen Sommerabenden den Schlaf herbeizuführen	127
17 Die Doppelhändigkeit der Kinder	135
18 Die Behandlung nervöser Kinder	143
19 Seelische Abhärtung der Kinder	151
20 Ernährung und Pflege des älteren Kindes	159

Nr.	Seite
21 Schädliche und häßliche Angewohnheiten der Kinder	167
22 Erste Hilfeleistung bei Krämpfen d. Kinder	175
23 Soll man seine Kinder vor der Ansteckung mit Masern behüten?	183
24 Nasenbluten bei Kindern	191

Krankenpflege.

1 Verstopfte Nase bei Katarrh	7
2 Rheumatismus in Schultern und Nacken	15
3 Die Krüge	22
4 Tabak-Vergiftung	31
5 Gurgelungen	39
6 Maßnahmen bei Blutungen	46
7 Ein altbewährtes Heilmittel gegen Katarrhe	54
8 Anwendung der Bäder beim Typhus	63
12 Die Getränke in der Krankenpflege	95
13 Lebensgefahr durch Ertrinken	103
15 Keine Höhenkuren für Herzkrante!	119
16 Die Ruhr	127
17 Maßnahmen bei Fußverstauchung	135
19 Die Ganzabwaschung von Kranken	150
22 Das Absterben von Armen und Händen	175
23 Der Typhus	182

Gartenbau und Blumenzucht.

2 Unsere Zimmerpflanzen im Winter	16
3 Zur Behandlung der durch den Sturm geschädigten Obstbäume	23
4 Ueber rationelle Holzkonservirung	31
5 Neue Zufuhren von Kalisalz	39
5 Eine Ursache des Absterbens der Zimmerpflanzen	40
6 Die Bedeutung der Erdmischungen beim Umpflanzen der Zimmergewächse	47
7 Der „Wechselbau“ im Gemüsegarten	55
9 Ausdauernde Blütenpflanzen oder Stauden	71
10 Begonien	80
11 Die Lebkuchenpflanzen	87
12 Gegen die Wespenplage	96
13 Der Sommerschnitt bei den Pflanzen	103
14 Die persische Kamille	111
15 Gegen die Werrenplage	120
16 Sellerie und dessen Nährwert	127
17 Der Esen als Zimmerpflanze	136
18 Die Rosenstöcke	144
19 Mißerfolge bei der Pflege der Blumentischpflanzen	151
20 Aufbewahrung von Gemüse während des Winters	159
21 Behandlung und Wiederherstellung kranker Zimmerpflanzen	167
22 Gefrorene Pflanzen	175
22 Die Treiberei der Hyazinthen auf Gläsern	176
23 Schmuck der Balkone im Winter	183
24 Das Gießen der Topfpflanzen	191

Tierzucht.

1 Zur Bekämpfung des Ungeziefers beim Geflügel	8
4 Die Leistungsfähigkeit einer Milchziege	32

Nr.	Seite
6 Sport- und Bierhühner	47
9 Die natürliche Brut	71
11 Futter und Fütterung des Schafes	88
13 Unsere Haustiere und die Hige	103
14 Parasiten der Fische	112
16 Wie man Hühnern d. Eierfressen abgewöhnt	128
18 Pflege der Tauben	144
19 Ziegenmilch	152
20 Zur Verwertung von Korkkastanien als Geflügelfutter	159
22 Der Nutzen der Taube	176

Kochrezepte.

Suppen.

1 Böhmishe Suppe	6
2 Grüne Erbsuppe	14
3 Randensuppe mit Reis	21
4 Kartoffelsuppe mit Brot	29
5 Fisch-Kartoffelsuppe	38
6 Gemüsesuppe mit Sangina	45
7 Italienische Fastensuppe	53
8 Spinatsuppe	62
9 Frühlingsuppe	70
10 Mehlsuppe mit Gemüse	78
11 Spinatsuppe mit Haferbrei	85
12 Korbelsuppe	93
13 Kartoffelsuppe mit Sellerie	101
14 Braune Zwiebelsuppe	110
15 Sommer-Suppe	118
16 Früchsuppe mit Flocken	126
17 Tomatensuppe	132
18 Weiße Käsesuppe	142
19 Buttermilchsuppe	149
20 Makkaronisuppe	157
21 Kostsuppe	165
22 Flämische Suppe	174
23 Erbsensuppe	181
24 Klößchensuppe	189

Fischgerichte.

5 Gedämpfter Fisch	38
7 Stockfisch auf italienische Art	53
9 Fischsülz	70
12 Fischcroquetten	93
20 Heringskartoffeln	158
21 Sauerkraut mit Schellfisch	165
23 Fisch mit Reis und Tomatensauce	181

Fleischgerichte, Saucen.

1 Bayrisch Kraut mit Sangina	6
1 Falsche Wildpretsauce	6
2 Kaninchenschnitzel	14
2 Sauerkraut mit Fleischresten	14
3 Rindsniere	21
4 Rindfleisch im Saft	29
4 Timbale von Reis mit Sangina-Püree	30

Nr.	Seite	Nr.	Seite
5 Schmorbraten von Pferdefleisch	38	14 Sauermilch	110
6 Kalbsfüße	45	15 Brotschnittenauflauf	118
8 Ggiprögel	62	15 Kalter Fruchtputting	119
8 Kalbsvoreffen mit Reis	62	16 Polentapastetchen	126
8 Mabonnaisartige Beigabe zu kaltem Fleisch, Fisch u. s. w.	62	16 Obstpastete	126
10 Kutteln mit Risi-Bisi	78	17 Quark aus saurer Milch	134
10 Kalbsfuß-Salat	78	17 Gebackene Hefenklöße	134
11 Kalbschnitten	85	18 Widellköße	142
12 Schafragout mit Bohnen und gelben Rübli	93	18 Holundercreme	142
13 Kutteln	101	19 Tomaten-Omeletten	150
14 Gesottenes Fleisch mit Tomaten und Kar- toffeln	110	19 Dampfknudeln aus Kartoffeln mit Quark	150
14 Fleischresten mit Brot	110	19 Quittenreis	150
15 Kalbskopf mit Tomatensauce	118	20 Einfache Süßspeise	158
15 Gefüllte Tomaten	118	21 Käsekräpfen	165
16 Miroton	126	22 Pfälzer Kartoffelknudeln	174
17 Leberpießli	133	22 Quittenspeise mit Eiermilch	174
18 Eingepackte Bratwurst	142	23 Nudelspeise	181
18 Rindfleischvögel	142	23 Zwetschgengklöße	181
19 Kohl oder Rabis mit Sanguinapüree	149	24 Schwammklöße ohne Eier	189
19 Kartoffelklöße mit Kalbslunge	149	24 Drangencreme	189
19 Senfsauce	150		
20 Schafffleischvoreffen nach irischer Art	157		
20 Farcierte Sandwiches	158		
21 Kalbsleber, ganz gebünstet	165		
22 Rindfleisch mit Zwiebeln	174		
22 Fleischspäpchen	174		
23 Gebratenes Kalbsherz	181		
23 Gröstel	181		
24 Huhn in Reis	189		
24 Schafsbrust gebacken	189		

Mehl-, Milch- und Eierspeisen.

1 Makaroni mit Kartoffeln	6	1 Bayrisch Kraut mit Sanguina	6
1 Billiger Käseauflauf	6	1 Makaroni mit Kartoffeln	6
1 Schokoladereis	6	2 Paprikakartoffeln mit saurem Kürbis	14
2 Quarkauflauf mit Äpfeln	14	2 Kartoffelsalat mit Weiß- und Rotkohl	14
3 Kartoffelknudeln	22	2 Kompott von Zuckerrüben	14
3 Apfelreis	22	3 Weiße Bohnen mit Tomaten	21
5 Zwetschgen-Kartoffelklöße	38	3 Cardy mit Käse	22
5 Apfeltju	38	4 Zwiebelbrei	30
6 Sanguina-Wasserspägli	45	4 Sauerkrautsalat	30
6 Mais mit Zwiebeln	46	4 Kartoffelputting	30
6 Kartoffelomeletten	46	5 Weiße Bohnen mit Rüben	38
7 Haserlugeln	54	5 Blumenkohl mit Reis	38
7 Osterspeise	54	6 Gedämpfter Kohl oder Wirz	46
8 Saure Eier mit Polentaschnitten	62	6 Apfelbrei	46
8 Kastanienputting	63	7 Osterspastetchen	54
9 Ravioli	70	7 Löwenzahn Salat	54
9 Reizomeletten mit Käse	70	7 Schnittlauchkartoffeln	54
9 Gebackene Apfelflöße	71	7 Erbsenputting	54
9 Haserlockenputting	71	8 Sauerampfer à la crème	62
10 Bohnenmehlbratlinge	78	9 Spargelkartoffelaufbau	70
11 Pizzocherie mit Gemüse	85	9 Gefüllte Spinatblätter	70
11 Käsespeise	85	10 Spargelsulz	78
11 Kartoffelklößlein im Ofen	85	10 Spargel mit Tomatensauce	78
11 Makaroni nach Mailänder Art	85	10 Kartoffelscheiben als Gemüsebeilage	78
12 Mais-Maluns	94	10 Rhabarberputting	78
12 Gefüllter Reis mit Früchten	94	11 Pilze	86
14 Nudeln mit Kirschen	110	11 Rhabarbercreme	86
14 Quark mit Früchten	110	12 Hopfengemüse	94
		12 Mangoldstiele	94
		12 Rettichsalat	94
		13 Welschkorn (grüner Mais)	101
		13 Pilzklopse	101
		13 Kartoffeln mit Kräutersauce	101
		13 Erdbeeraltischale	101
		14 Tomatenputting	110
		14 Kartoffelschnee	110
		14 Erdbeersulz	110
		15 Gefüllte Tomaten	118
		15 Bohnengemüse	118
		15 Gemischter Gurkensalat	118

Gemüse, Obst, Salate.

Nr.	Seite
15	Verdämpfte Kartoffeln
16	Geschmorte Tomaten
16	Kürbis au gratin
16	Zitronengramolade
17	Rohrabi à l'asperge
17	Gefüllte Karotten
17	Kartoffelpuffer
18	Gemüsesalat
18	Kürbisreis
19	Kohl oder Rabi mit Sanguinapüree
20	Kohl mit Gelbrüben
20	Rohr Rottkrautsalat
21	Witz-Kartoffelpudding
21	Panierte Zwiebeln
21	Kastanien mit Bratäpfeln
22	Kohl mit Linjen gefüllt
22	Selleriegemüse
23	Gemischter Salat
24	Blumenkohl à la jardinière
24	Geriebener Kartoffelsalat
24	Salat-Sandwiches mit Mayonnaise
24	Sellerie-Sandwiches

Ruchen, Torten, fl. Backwerk.

1	Apfeltuchen mit Guß
3	Buttermilchtuchen
4	Orangenschalentuchen
5	Fastnachtstüchlein
6	Cakes-Ersatz
8	Ruchen (Façon Sandtorte)
10	Hefeschnitten
12	Einfacher Rhabarbertuchen
13	Spinattuchen
17	Obsttuchen mit Quark
18	Zwetschgenstrudel
19	Einfacher Apfeltuchen
20	Falsche Sandtorte
21	Gugelhoppf
22	Geleetorte
23	Trusentuchen
24	Schokoladetorte

Nr.	Seite
Weihnachtsgebäck.	
23	Anisqueteli
23	Mailänderli
23	Basler Brauns
23	Englische Biskuits
23	Einfaches Spongecake
23	Schokoladentuchen
24	Weihnachtsstollen
24	Zimtsterne
24	Falsche Pfeffernüsse
24	Falscher Marzipan

Eingemachte Früchte, Gemüse.

4	Ausnutzung von Orangen- und Zitronenschalen
12	Rhabarbertkonfitüre mit gedörrten Aprikosen
13	Kräutereisig
14	Das Siebenbeinfüllen in Verschlussgläser oder Flaschen
14	Erdbeeren mit Rhabarbermarmelade
14	Krautstiele (Mangold)
15	Konfitüren. Einfache Verfahren mit Zuckersparnis
16	Breißelbeeren ohne Zucker
16	Tomatensauce
17	Apfelmus
17	Birnenmus
17	Zwetschgenmus
17	Salzgurken
18	Holunderbeersaft
19	Birnenmarmelade
19	Gelee von Apfelwein
20	Quittengelee
20	Quittenschnitz in Gelee
20	Quittenwürstchen
21	Hagebuttenmark
21	Hagebuttensirup

Getränke.

18	Most sterilisieren
----	--------------------