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

Band: 27 (1920)

Heft: 17

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: 20.08.2025

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. 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. 17. XXVII. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 21. August 1920.

Es sporne dich auch in schlimmer Zeit
Ein jeglicher Tag zur Tätigkeit.
Um den ists getan, er hat nur Leid,
Der die Arbeit verschiebt auf bessere Zeit.

F. L. C.

□

Hauswirtschaftliche Tüchtigkeit.

Von P. Hoche.

Heute, wo so viele Frauen gezwungen sind, neben ihren häuslichen Pflichten dem Erwerb nachzugehen, und wo die Forderung Ehe und Beruf immer wieder neu betont wird, mag es angebracht sein, darauf hinzuweisen, daß der Hausfrauenberuf, wenn er recht ausgefüllt werden soll, schon einen ganzen Menschen für sich verlangt. Es kommt eine Legion von oft nur kleinen, aber doch wichtigen Arbeiten zusammen, die die Frau zu erledigen hat. Wo Kinder vorhanden sind, da ist sie den ganzen Tag im Hause nötig, und es ist die größte Tragik im Familienleben der Gegenwart, daß durch die wirtschaftlichen Verhältnisse den Kindern so oft die Mutter geraubt wird. Wie die Kinder, so braucht der Mann die Frau, daß sie ihm sein Heim für die wenigen Feierstunden des Tages recht wohnlich gestalte. Und bleiben der Hausfrau an einem Tage ein paar Minuten oder Stunden ganz zur Verfügung, so ist gewiß auch diese Zeit nicht verloren. Die Stunden der Stille werden ihr zum Kräfteborn werden, aus dem reicher Segen auch für die übrigen Familienglieder quillt.

Wenn die Hausfrau ihren Platz gut ausfüllen will, so muß sie eine in jeder Hinsicht gediegene Persönlichkeit sein. Sie muß, gleichviel ob sie einem einfachen oder einem vornehmen Haushalt vorsteht, vor allen Dingen hauswirtschaftlichen Sinn und hauswirtschaftliche Bildung besitzen. Verhehlen wir uns doch nicht, daß viele Ehen nur deshalb nicht blühen, weil Sinn und Verständnis für den Hausfrauenberuf fehlen, weil viele sonst reich gebildete Frauen nicht selten hochmütig über diese reale Forderung des Lebens hinwegsehen. Wie manche Frau überläßt den ganzen Haushalt lediglich den Dienstboten, vielleicht mit beruhigtem Gewissen, weil gute Dienstboten vorhanden sind. Aber das bleibt, wenn nicht ein sehr großes Vermögen zur Verfügung steht, immer eine arge Vernachlässigung der Hausfrauenpflicht. Die Hausfrau sollte einmal aufmerksamen Blickes durch ihren Haushalt gehen, und sie würde bald merken, wie viel erspart werden könnte, wenn sie dem Hauswesen selbst verständnisvoll vorstünde.

Es ist eine gute alte Regel: Der Mann erwirbt, die Frau erhält. Heute aber, wo alles teurer wird und die Klagen darüber nicht verstummen wollen, ist es die Pflicht jeder Hausfrau, zu

„erhalten," und sie kann sicher viel erreichen, wenn sie nur stets auf dem Posten ist. Jeder Franken der durch unwirtschaftlichen Sinn zuviel ausgegeben wird, geht der gesamten Familie verloren. Es ist klar, daß eine unwirtschaftliche Frau in ihrer Familie nicht aufbauend, nicht erhaltend, sondern einreißend und zerstörend wirkt.

Eine besondere Pflicht der Hausfrau besteht auch darin, daß sie nach besten Kräften für die Gesundheit der Familienglieder sorgt. Dadurch erwirbt sie ein wertvolles Kapital. Notwendig ist, daß sie zu diesem Zwecke gewisse Grundkenntnisse über die Ernährung des Menschen besitzt. Es genügt nicht, daß sie selber kocht, auch nicht, daß sie nur schmackhafte Speisen auf den Tisch bringt. Sie soll vielmehr auch etwas von der Küchenchemie verstehen. Das ist zunächst eine allgemeine Forderung. Eine halbwegs gebildete Frau soll nicht nur das Richtige tun, sondern sie soll sich auch Rechenschaft darüber geben können, sie soll wissen, warum sie es tut: sie soll es mit Bewußtsein tun. Was bedeutet z. B. der Stein, der sich an den Töpfen ansetzt? Was für eine Bewandtnis hat es mit weichem und hartem Wasser? Wie viel solcher Erscheinungen gibt es im Haushalte, die zwar gekannt sind, über die man sich aber häufig keine Erklärung geben kann! Wenn sich die Frau in dieser Hinsicht mehr unterrichtet, dann wird sie auch bald spüren, daß das Wirtschaften im Hause keine reizlose, geistlose Beschäftigung ist, im Gegenteil, sie wird feststellen, daß es eine reiche Fülle von wertvollen Anregungen bietet. Aber auch der materielle Gewinn wird nicht ausbleiben. Die Hausfrau wird häufig die Erfahrung machen, daß sie für wenig Geld ebenso gesunde Speisen vorsetzen kann wie für teure Münze.

Kurz — die ganze Familie wird es ihr Dank wissen, wenn sie das Steuer der Hauswirtschaft fest in ihre Hand nimmt und den komplizierten Organismus klug und zielbewußt durch die Fährnisse der heutigen schweren Zeiten lenkt. „Frauenwirtschaft".

□

Sterilisiert auch!

(Nachdruck verboten.)

Wir haben ein obstreiches Jahr und ich denke, jede Hausfrau macht sich mit Eifer daran, Flaschen und Gläser mit Vorräten zu füllen und damit für die Bedürfnisse der Familie im Winter und Frühjahr und weiter hinaus vorzusorgen. Nicht jedes Jahr bringt Aprikosen und Pfirsiche, Birnen, Pflaumen und Zwetschgen in solcher Fülle, wie dies heuer der Fall ist; so hat die Hausfrau ein besonderes Interesse daran, alles, was ihr zu beschaffen möglich ist, auch zweckmäßig zu verwerten. Da ist und bleibt das Sterilisieren die allerzweckmäßigste Verwendungsart. Wer es früher nicht einsah, kam während den Kriegsjahren zur Einsicht, denn während dieser Zeit wurde manches Glas seines Inhaltes entleert, das schon 3—4 Jahre alt war. Das Ergebnis war erfreulich, der reine Obstgeschmack war tadellos, auch dort, wo Gläser inzwischen in andern Räumen versorgt werden mußten. Und wer Kranke zu ernähren hatte, in den Jahren, da alles rationiert oder nur um sehr teures Geld erhältlich war, der pries das Konservieren, resp. Sterilisieren als eine für jede Hausfrau prächtige Erfindung.

Da müssen besonders die Weckgläser und -Ringe in Erinnerung gebracht werden, die sich schon unzählige Male bewährten und die erst recht in der Wertschätzung stiegen, als andere Gläser, die man „der Not gehorchend, nicht dem eigenen Triebe" während den Kriegsjahren brauchte, oft versagten. Weckgläser sind wieder in der bisherigen guten Qualität erhältlich, da wird das Sterilisieren all der Herrlichkeiten, die Sommer und Herbst bringen, eine wahre Freude sein. Was der Winter für Ueberraschungen bringt und wie sich unsere

Lebensmittelversorgung (man denke auch an die Folgen der Maul- und Klauenseuche) gestaltet, kann kein Mensch voraussagen.

Also schaffe man sich Vorräte an, so so weit es möglich ist, verwende den Ueberfluß auf zweckmäßigste Art und benutze die verschiedenen Verfahren, auf die schon aufmerksam gemacht worden ist.

Zucker ist teuer, sehr teuer, deshalb rate ich der Hausfrau, Konfitüren zu kochen, dazu aber nur die halbe Zuckermenge zu brauchen, sie in Gläser zu füllen und nach Größe, 30 bis 40 Minuten zu sterilisieren. Man wird Konfitüren auf diese Weise unbegrenzte Haltbarkeit sichern, also ganz nach Belieben darüber verfügen können, was in Anbetracht der sehr guten Ernte von Früchten aller Art von Vorteil ist. Da Konservengläser in verschiedenen Größen und Weiten zu haben sind, hat es die Hausfrau in der Hand, ihre Vorräte nach Belieben herzustellen und einzuteilen.

Ich möchte den Rat wiederholen, eine Anzahl kleinere Gläser mit feinern Obstarten zu füllen, ohne Zuckerzusatz aber mit etwas Wasser, damit die Früchte voller und saftiger bleiben. Solche Konserven werden Kranken und Rekonvaleszenten wertvolle Dienste leisten und die Ernährung abwechselnd gestalten helfen. Selbsthergestellte Konserven sind den gekauften vorzuziehen und werden kaum je einem Widerwillen bei Kranken oder Rekonvaleszenten erregen. Ungezuckerte Früchte sind für Diabetiker ein Labsal, können auch beim Verbrauch für andere Kranke nach Belieben leicht gezuckert werden. Also sterilisiert auch, ihr Hausfrauen, sorgt damit auf unbegrenzte Zeiten vor!

R. Gutersohn.

□

Nur ansammeln, nicht auch verschenken, muß notgedrungen zu einem Mißverhältnis im Haushalte unseres Geistes führen.

Cora Stein.

Kleine Erleichterungen in der Krankenpflege.

(Nachdruck verboten.)

Auch wer nie einen Kurs in Krankenpflege genommen hat, lernt am Bette eines leidenden Hausgenossen schnell die notwendigsten Handgriffe bei einer normal verlaufenden Krankheit. Es schlummert in jeder Frau der Drang, die Krankheitsnot zu erleichtern, Schmerzen zu lindern. Liebe macht erfinderisch und hilft dem Kranken die schweren Tage ertragen.

Krank sein, abhängig sein von andern ist schwer, das müssen wir Gesunden uns jederzeit vor Augen halten. Auch werden Patienten, die so wenig erleben, viel empfindlicher für die Vorgänge der Umwelt, als wir ahnen. Darum heißt es, seine Miene beherrschen, wenn man ihr Zimmer betritt, keine Ungeduld zeigen, wenn man ihnen die Nahrung reicht, kurz so viel Selbstbeherrschung aufwenden, als uns möglich ist. Eine baldige Genesung ist ja der beste Lohn für unsere Pflichterfüllung, und führt die Krankheit zum Tode, so sind wir froh um jede Gelegenheit, die sich uns bot, Kranken Liebe zu erweisen. Aber auch wir Pflegende sind nur Menschen, und Sorge, Angst und Kummer, auch schlaflose Nächte zehren an unserer seelischen und körperlichen Kraft. Darum heißt es haushalten und nicht übertreiben, wenn man sich auf ein langes Krankenlager einrichten muß.

Vor allen Dingen befolge man die Ratschläge des behandelnden Arztes gewissenhaft und lege nicht zu viel Wert auf Bemerkungen der Besucher! Man muß Vertrauen zu seinem Arzte haben und nicht in die Behandlung hineinpfuschen wollen mit allerlei Hausmitteln. — Aber kleine Erleichterungen kann man von sich aus verschaffen, ein vielbeschäftigter Arzt kann sich nicht noch um die kleinen Details einer Pflege bekümmern; er setzt solche als bekannt voraus.

Was Kranke, die im Hochsommer unbeweglich im Bette liegen müssen er-

frischt, ist, wenn man ihnen mit einem Leintuch Luft zufächelt. Auch die Lüftung von Decke und Leintuch wirkt erfrischend. Man kann dies oft wiederholen, es kühlt immer für einige Minuten ab. Flache Schüsseln voll Wasser und aufgehängte, leicht ausgerungene Tücher können die Zimmertemperatur auf erträglicher Höhe halten.

Es gibt Patienten, die sehr an Durst leiden, aber nicht viel Flüssigkeit zu sich nehmen dürfen. Für diese ist es eine große Erleichterung, wenn sie öfters den Mund ausspülen mit irgend einem erfrischenden Mundwasser, auch Zitronenwasser u. dergl. oder ein Stückchen Zitrone in den Mund nehmen. Erschwert wird die Pflege von Kranken, die an vollständiger Appetitlosigkeit leiden. Da empfiehlt sich, dem Kranken so wenig als möglich auf einmal anzubieten. Man richte das Wenige so zierlich als möglich an, spreche dem Kranken liebevoll zu und zeige keine Ungeduld. Man esse, wo es angeht vorher, um genügend Zeit für den Kranken zur Verfügung zu haben. Es ist sehr schwer, gegen lang andauernde Appetitlosigkeit anzukämpfen, da solche Kranke einen direkten Widerwillen gegen jede Nahrungsaufnahme bekunden. Ich hatte bei einer sehr lang andauernden Pflege Erfolg mit Zureden und dadurch, daß ich ganz wenig Speisen auf einmal brachte. Ein Kranker, der ruhig im Bett liegt, kann mit sehr wenig Nahrung auskommen. Daß solche Patienten an allem etwas auszusetzen haben, darf uns nicht kränken, mit der Besserung stellt sich auch das Hungergefühl wieder ein.

Die Genesung bringt oft neue Hemmnisse: es gibt Rückfälle, auch spürt der Kranke erst recht die körperliche Schwäche. Da heißt es, immer wieder Mut machen, nicht erlahmen im Zureden, kleine Erfolge recht betonen, nicht unwillig werden. Man erlebt ja auch so viel Schönes in diesen Stunden, die Genesenden sind weniger egoistisch als sie als Kranke waren, und da sie sich dem Leben wiedergeschenkt fühlen, erntet man oft eine rührende Dankbarkeit. Da lernt man seine Hausgenossen kennen, besser als im Drang und der Unruhe des täglichen Lebens, man kommt einander näher und es kommen später Stunden, wo man sich gerne in die Zeit der Genesung zurückversetzt. Der Mensch ist vergeßlich, einmal wieder im Vollbesitz aller Kräfte, treten Berufs- und Haushaltungssorgen wieder an uns heran und das Leben nimmt uns wieder in Beschlag. Daher sind Krankheitstage oft Oasen in unserm Dasein, Stunden der Einkehr, der Sammlung. Uns Pflegenden aber bleibt die Erinnerung an erfüllte Pflicht, und darin ist ja „Geben seliger als Nehmen.“ A. L.

□

Bügeln mit Gas und elektrischem Strom.

(Nachdruck verboten.)

Bis vor wenigen Jahren war das Bügeln mit Gas im allgemeinen viel billiger als mit elektrischem Strom. Seit aber die höheren Kohlenpreise den Gaspreis auf das doppelte und dreifache ansteigen ließen, ist zum mindesten das Bügeln mit elektrischem Strom nicht mehr teurer als mit Gas. Von den meisten Elektrizitätswerken wird der Bügelstrom außer der Beleuchtungszeit bedeutend billiger abgegeben als der gewöhnliche Lichtstrom. Benutzt man diese Gelegenheit, so ist das elektrische Bügeleisen meistens auch dem Kohleneisen überlegen. Rechnet man ferner die großen Annehmlichkeiten — stete Betriebsbereitschaft, Sauberkeit u. s. w. — so begreift man, daß das elektrische Bügeleisen in den letzten Jahren eine ungeahnte Verbreitung fand, so daß das Gas — wie das Kohleneisen wohl bald von der Bildfläche verschwinden werden.

Jedes Neue will gelernt und auf seine Vorteile ausgenutzt sein. Man sieht in den Haushaltungen sehr oft, daß das Bügeleisen unachtsam auf den Tisch oder die Wäsche gestellt wird, ohne

daß man den Strom unterbricht. Jedes Jahr entstehen auf diese Art kleinere und größere Brandfälle. Darum die unerbittliche Lehre: Wer vom Bügeln weg muß, stelle den Strom ab. Die Hausfrau rechnet natürlich damit, sie komme sofort wieder und wolle darum aus Sparsamkeit nicht ausschalten. Die Rechnung ist richtig; aber schon oft ist aus den „paar Augenblicken" eine Viertelstunde und mehr geworden, und unterdessen ist das Unglück geschehen. Wenn man wirklich nur einige Augenblicke fort ist, geht durch das Abstellen wenig verloren, und ist man wider Erwarten länger verhindert, so verhütet man jeden Unglücksfall.

Will man wirklich nach jeder Richtung sparen, so kann man ja ganz gut einige Minuten vor Beendigung der Arbeit den Strom abstellen und mit dem noch heißen Eisen weiter bügeln. Behält man für den Schluß die leichteren Sachen vor, so wird man bald herausfinden, daß man auch bei abgestelltem Strom noch eine Zeit lang weiterarbeiten und so, ohne jede Gefahr, am richtigen Ort sparen kann. E. K. R.

Haushalt.

Obstflecken in Wäsche und zartfarbigen Sommerkleidern

lassen sich namentlich aus letzteren ohne daß die Farbe darunter leidet, entfernen, wenn man die fleckige Stelle in saure Milch legt, und sie nach einigen Minuten Ziehens mit weichem Wasser auswäscht. Hat man kein Regenwasser zur Verfügung, so leistet auch mit etwas Borax versetztes Wasser die gleichen Dienste.

Holzbretter,

die durch Wiegen von Petersilie, Spinat und anderen grünen Gemüsen ein unschönes Aussehen erhalten haben, das selbst dem Scheuern nicht weicht, werden durch Anwendung von Schwefeldämpfen wieder weiß und sauber. In einem großen Topf (Einmach- oder Waschtopf) werden auf einen alten Untersatz, defekter Untertasse oder Blechdeckel Schwefelfäden angezündet. Man stellt die abgewaschenen fleckigen Holzbrettchen hinein und deckt den Topf zu, damit die aufsteigenden Schwefeldämpfe nicht entweichen können. Nach dieser Behandlung sind die Holzgegenstände wieder sauber und weiß.

Seifig und „glitschig" gewordene Waschlappen und Schwämme

werden sofort wieder gebrauchsfähig, wenn man darauf einen Teelöffel Borax gleichmäßig verreibt. Der Seifenrückstand wird durch Borax aufgelöst und durch Nachspülen in möglichst heißem Wasser sind die Reste rasch zu entfernen. E.

Küche.

Koch-Rezepte.

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

Kraftbrühe. Um eine gute Kraftbrühe herzustellen, welche die in der Fleischküche gebräuchliche „Bouillon" ersetzt, kocht man allerhand Wurzelwerk, die dicken Stiele und Rippen sowie die unansehnlicheren Teile von Blattgemüsen, ferner Schotenschalen, Spargelschalen gründlich aus. Alles Gemüse wird klein gehackt, mit wenig Wasser bis ans Kochen gebracht und fest zugedeckt gründlich ausgekocht, mindestens 2 Stunden. Einige Pilze mitgekocht oder eine trocken auf der Herdplatte gebräunte Zwiebel geben eine braune Farbe. Diese Kraftbrühe wird besonders zu Körner- und Mehlsuppen gern verwendet. Sie dient auch zur Verbesserung von anderen Suppen und von Saucen. Man kann durch ihre Verwendung viel an Suppenwürze und Kraftbrühewürfeln sparen.

„Die fleischlose Küche".

Schaffleisch mit Kohl. 1 Kilo Schaffleisch wird in schöne Stücke geschnitten und auf beiden Seiten schnell braun angebraten. 1—2 Kohlköpfe werden geteilt, gut gewaschen, von den Rippen befreit und ungefähr 1/4 Stunde im Salzwasser gekocht; alsdann gut abtropfen gelassen. Nun wird in eine Kasserolle etwas Butter getan, dann die Hälfte des Kohls (gesalzen und gepfeffert), darauf das angebratene Fleisch und zuletzt der Rest Kohl und nochmals Salz und Pfeffer. Über das Ganze wird eine Tasse Fleischbrühe gegossen. Die Speise muß ungefähr eine Stunde auf schwachem Feuer kochen. Vor dem Anrichten wird ein wenig Mehl mit Wasser dazu angerührt, um die Sauce sämig zu machen. Gewöhnlich werden Kartoffeln beigegeben. Beim Anrichten kommt der Kohl in die Mitte der Platte und das Fleisch ringsherum.

Kochrezepte bündn. Frauen.

Kalbsbraten in Milch. 2 Kilo Keule oder Rücken, 30 Gr. Fett, 1 Zwiebel, Karotten, Lorbeerblatt, 4 Pfefferkörner, 1 Liter Milch

oder Buttermilch und Salz. Das enthäutete und geklopfte Fleisch wird in einer tiefen Schüssel mit Milch bedeckt und zugedeckt 4 bis 5 Tage hingestellt und täglich gewendet, dann abgetrocknet, mit Salz eingerieben und im Bratofen mit den Zutaten in gewohnter Weise 1½ Stunden gebraten. Während des Bratens gießt man stets entweder von der Beizemilch oder frische Milch zu, im ganzen nach und nach ½ Liter. Für diesen Braten sollten nicht weniger als 2 Kilo verwendet werden. Er schmeckt auch kalt sehr gut.

Aus „Gritli in der Küche".

Mangoldstiele au gratin. Mangoldstiele, 3 Liter Wasser. Zur Buttersauce 60 Gr. Fett, 80 Gr. Mehl, ½ Liter Gemüsewasser oder Fleischbrühe, 100 Gr. geriebenen Käse, etwas Stoßbrot, Salz, Pfeffer, Muskatnuß. Die gewaschenen Stiele werden in 2—3 Cm. lange Stückchen geschnitten und in kochendem Salzwasser weichgekocht. Sauce: Das Fett wird flüssig gemacht, das Mehl tüchtig gegeschwitzt und mit der vorhandenen Flüssigkeit abgelöscht, kochen lassen und gewürzt. Eine feuerfeste Platte wird mit Butter ausgestrichen und mit Stoßbrot bestreut, die Stiele samt der Sauce und dem Käse hineingegeben, etwas Stoßbrot darüber gestreut und die Masse zirka 15—20 Minuten im Ofen ziehen gelassen. Man kann Blumenkohl, Schwarzwurzeln, Stachis und Kohlraben auch auf diese Weise zubereiten.

Mais mit Spinat. 500 Gr. Mais, 1 Liter Wasser, Muskatnuß, Salz, 100 Gr. Fett. Der Mais wird ins kochende Wasser gerührt, mit Salz und Muskatnuß gewürzt, 5—7 Minuten unter beständigem Rühren gekocht, dann 2 Zwiebeln in wenig Fett gedämpft, darunter einen Teller feingehackten Spinat oder Mangoldkraut gemischt und mit dem Mais vermengt. Diese Masse wird auf ein Brett fingerdick gestrichen, nach dem Erkalten in schräge Vierecke geschnitten, in Mehl umgewendet und rasch in heißem Fett gebacken.

Kartoffelramequin. 8 gesottene Kartoffeln, 150 Gr. Käse, 40 Gr. Butter, 1 Prise Salz, 2 Eier, 1 Tasse Rahm oder Milch. Die Kartoffeln werden geschält und in dünne Scheibchen geschnitten. Die Ofenplatte wird gut mit Fett ausgestrichen, die Hälfte der Kartoffeln hineingegeben. Der Käse wird ebenfalls in dünne Scheibchen geschnitten und die Hälfte davon über die erste Lage Kartoffeln gestreut. Man verteilt darauf einige Butterstücklein. Nun gibt man die andere Hälfte Kartoffeln, Käse und Butter in die Ofenplatte, verklopft die Eier mit dem Rahm und etwas Salz und gießt sie über die Kartoffeln. Sie werden im Ofen gelb gebacken während ½ bis ¾ Stunden.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt".

Apfelbettelmann. 250 Gr. Brot, 1 Prise Zimt, 1 Stück feingehackte Zitronen- oder Orangenschale, Zucker, 700—800 Gr. Äpfel, Zucker, Fett zum Ausstreichen der Form, 1 Eiweiß, 1 Eßlöffel Puderzucker. Das Brot wird in der Röhre getrocknet, damit es sich gut reiben oder stoßen läßt, dann mit Zucker und Gewürz vermischt. Aus den Äpfeln stellt man entweder ein sehr steifes Mus her oder man dünstet sie, in dicke Scheiben geschnitten, in dem nötigen Zucker. In eine ausgestrichene Form gibt man die Hälfte des Brotes, dann die Äpfel und schließlich den Rest Brot. Backzeit im Ofen 30—35 Minuten. Inzwischen schlägt man ein Eiweiß mit Puderzucker recht steif, streicht es über den Auflauf und läßt die Schneehaube im Ofen gelb werden.

Brombeerschaum. 500 Gr. Brombeeren, 1 großes Eiweiß, 3 Blatt Gelatine, Zucker. Von den Beeren läßt man einige der ansehnlichsten zum verzieren der Speise zurück, die übrigen werden roh durch ein Haarsieb gedrückt. Dann mischt man sie mit Zucker nach Geschmack und rührt sie mit dem Eiweiß eine halbe Stunde schnell und gleichmäßig, bis ein dicker Schaum entsteht. Die Gelatine hat man mit ganz wenig Wasser gelöst, gibt sie zu der Speise und rührt noch ein Weilchen, damit sich alles gut verbindet. Dann wird die Speise in eine Glasschale gefüllt und kaltgestellt.

„Die fleischlose Küche".

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Holunderbeeren. 2 Kilo Beeren, ½—¾ Liter Wasser. Die Beeren werden von den gewaschenen Dolden abgestreift, mit dem Wasser aufgekocht und wie die Heidelbeeren eingefüllt. Ungezuckerter Holundersaft, mit Johannisbeer- oder Zwetschgensaft vermischt, gibt mit geringem Zuckerzusatz ein feines Gelee. Die Beeren können als Kompott, Kaltschalen und auf Wähen verwendet werden.

Aprikosen und Pfirsiche. 3 Kilo Aprikosen, 1 Liter Wasser. Wenn diese Früchte überreif und nicht mehr schön genug zur Aufbewahrung in Gläsern sind, kocht man sie mit dem Wasser 2 Minuten und treibt sie durch ein großlöcheriges Sieb. Dann kocht man sie nochmals auf und füllt das Mus kochend mittelst eines Trichters schnell in erwärmte Flaschen. Diese werden sofort verkorkt und mit flüssigem Wachs verpicht. Das Mus kann später, mit wenig Zucker aufgekocht als Sauce, mit Milch oder Rahm vermischt zu Kaltschale oder Creme, und länger eingekocht als Marmelade benützt werden. Zu Mus gekochte, leicht gezuckerte Konfitüre von allem Steinobst hält sich auf diese Art jahrelang.

J. Spühler.

Schwämme oder Pilze zu trocknen. Zum Trocknen eignen sich die Champignons, die Steinpilze, die Morcheln und die Eier-

schwämme. Die äußern Enden der Pilze werden abgeschnitten und diese ungewaschen auf einen starken Faden gezogen. Dann hängt man diese Ketten an die Sonne und läßt die Pilze dort bis sie ganz ausgetrocknet sind. Champignons und Steinpilze werden vor dem Trocknen in Scheiben geschnitten. Die getrockneten Pilze werden über Nacht in kaltes Wasser gelegt und dann gut gereinigt und verwendet.

Schalotten in Essig. Die Schalotten werden geschält und in gutem Essig halbweich gekocht. Mit diesem Essig läßt man sie bis am folgenden Tag stehen, gießt den Essig ab, füllt die Schalotten mit ganzem Pfeffer und Estragon in die Gläser und gießt frischen, gekochten, wieder erkalteten Essig darüber. Sollte nach einigen Tagen der Essig trübe werden, so muß man ihn nochmals aufkochen und kalt daran gießen. Zu oberst kommt eine Ölschicht.

Bohnen in Essig. Die Bohnen werden abgefädet, gewaschen und in Salzwasser halbweich gekocht. Dann legt man sie in kochenden Essig, kocht sie einmal auf und läßt sie 24 Stunden stehen. Am folgenden Tag gießt man den Essig ab, kocht frischen Essig mit einigen Perlzwiebelchen, Lorbeer und Pfefferkörnern und gießt ihn erkaltet an die in einen Steinkrug gefüllten Bohnen.

Aus „Die Zubereitung der Konserven“
von Frau A. Kündig.

Gesundheitspflege.

Die Schädlichkeit des Straßenstaubes.

Die Entfernung des Straßenstaubes aus der Kleidung wird leider noch viel zu oft in der Wohnung vorgenommen. Nicht nur Herrenanzüge und Frauenkleider, sondern auch das Schuhwerk wird auf Korridoren oder in der Küche gesäubert und geputzt. Die Kleidung der Kinder aber, die durch das Spielen auf Sandplätzen und Umhertollen auf staubigen Straßen ganz besonders viel Staub aufnimmt, wird vielfach die ganze Woche über in mancher Familie kaum einmal ausgeschlagen oder ausgebürstet. Zeigt sich Staub daran, dann wird schnell das Kind von oben bis unten flüchtig überbürstet, unbekümmert darum, wo es sich gerade aufhält. In einer kinderreichen Familie, die ich in letzter Zeit ganz besonders oft aufsuchen mußte, weil Erkältungen, Halsentzündungen, Husten und Katarrhe bald das eine oder das andere Kind heimsuchten, erhielt ich einen schlagenden Beweis für die Tatsache, daß im Straßenstaub immer große Mengen von Ansteckungsstoffen heimgetragen werden. Das größte der Kinder putzte gerade in der Küche eine lange Reihe Schuhe seiner Geschwister blitzblank, als ich an dieser vorüber zur Schlafstube an das Bett des kranken Kindes eilen wollte. Auf meine Frage erhielt ich von der Mutter die Bestätigung, daß bei schlechtem Wetter das gesamte Schuhwerk der Familie statt auf dem Küchenbalkon bei geöffneter Tür immer in der Küche geputzt würde. Nach meinem Hinweis auf die Schädlichkeit des Staubes unterblieb fortan die Reinigung der Kleidung in der Wohnung und siehe da, auch die angeführten Krankheitserscheinungen hörten damit sofort auf. Es war so, wie ich vermutet hatte, der entstehende Staub trug die Krankheitserreger in die Wohnung, lagerte sich auf Geschirr und Küchengerätschaften ab und verbreitete sich in der Luft, und Folge die war die Häufigkeit von Erkrankungen in dieser Familie. Oft ist es nur Bequemlichkeit einzelner Familienglieder, die zu dieser Unsitte führt, eine Unsitte, die keine Hausfrau fortan in ihrem Hause dulden sollte. Dr. B.

Kinderpflege und -Erziehung.

Sommerliche Kalknahrung.

Die ziemlich häufigen Kinderleiden Rachitis, X- und O-Beine, Rückgratsverkrümmung sind in der Regel ein Beweis vom Kalkmangel des Körpers, der eine genügende Festigung der Knochen unmöglich macht. Da ist nun der Sommer, welcher uns die frischen, kalkreichen Beeren und Gemüse darbietet, sehr geeignet zur Durchführung einer heilsamen Kalkdiät. Kalkhaltig sind: Kirschen, Heidel- und Himbeeren, alle Blatt- und Wurzelgemüse; ganz besonders kalkreich: Walderdbeeren und Feigen. (Kalkarm: Fleisch, Brot, Kartoffeln). Jene Beeren möglichst roh gegessen, sind also für Kinder sehr zuträglich, dagegen gekocht weniger, am wenigsten Apfel- und Birnenkompott. Mit Recht wird es für „sehr gesund“ gehalten, wenn Kinder nicht nur bei den Mahlzeiten reichlich Gemüse essen, sondern auch sonst öfter junge rohe Mohrrüben (gelbe Rüben) knabbern. Eine gleiche Kalkdiät ist sehr nützlich für alle werdenden Mütter, die ja zum Knochenbau des Kindchens bedeutenden Kalk bedarf haben, bei dessen Nichtbefriedigung häufig ihre eigenen Knochen und Zähne in Mitleidenschaft gezogen werden.

Dr. G.

Gartenbau und Blumenkultur.

Wie kann das Sauerwerden der Erde in den Blumentöpfen verhütet werden?

Bekanntlich gedeihen die Topfpflanzen in saurer Erde nie gut; doch stellt sich die so schädliche Humussäure in der Topferde um so leichter ein, je humusreicher der Boden ist, je

schattiger die Töpfe plaziert werden und je reichlicher man gießt. Dem Sauerwerden der Erde in den Blumentöpfen kann jedoch am besten vorgebeugt werden 1. durch einen guten Wasserabzug, indem man vor dem Einfüllen der Topferde stets zuerst eine Scherbenunterlage direkt auf den Topfboden über die Abzugsöffnung aufbringt. 2. Die Topferde vermische man reichlich mit reinem Flußsand und mit zu Pulver zerstoßenen Holzkohlen. Auch Kalkstaub oder Mörtelabfall von alten Mauern, sowie alter, ausgebrannter Ofenlehm sind ausgezeichnete Stoffe zum Vermischen mit der Topferde, weil sie das Sauerwerden dieser letztern verhüten und bereits vorhandene Säure binden. Im übrigen eignet sich als Blumen- und Topfpflanzenerde am besten jene Erde, wie solche oft auf Wiesen von Maulwürfen und Wühlmäusen ausgestoßen wird, weil diese meist sehr zart, locker und unkrautfrei ist. Auch Wald- und Laub-erde ist eine gute Erde für Topfpflanzen, doch muß diese dann durch Vermischung mit trockenem, zerstoßenem Lehm bindiger und wasserhaltiger gemacht werden. Lehmhaltige Erde trocknet nämlich in der warmen, trockenen Zimmerluft nicht so bald und so stark aus und läßt, weil sie nährstoffhaltiger ist, eher ohne Nachteil eine Benützung kleinerer Blumentöpfe zu, als reine Wald-, Garten- und Mistbeeterde. -r.

Tierzucht.

Der Federwechsel oder die Mauser des Geflügels

tritt im August/September ein und dauert gewöhnlich einige Wochen. Eine Krankheit ist der Federwechsel nicht, wenngleich die Tiere an Munterkeit einbüßen und oft still herumsitzen. Es ist aber sehr leicht möglich, daß das Geflügel während der Mauserzeit erkrankt, wenn die richtige Abfiederung aus irgendeinem Grunde gestört wird und Erkältungskrankheiten hinzutreten. Der Geflügelzüchter muß demnach beachten, daß dem Geflügel während der Mauser zweckmäßige Nahrung und entsprechender Schutz vor schädlichen Einflüßen bei ungünstiger Witterung gewährt wird. Zur Neubildung des Gefieders ist leichtverdauliches Weichfutter, Fleischabfälle, in Milch geweichtes Brot, fein zerstoßene Schweins- und Kalbsknochen in das Futter zu geben. Ferner ist viel Grünfutter unerläßlich. Das Einsperren des Geflügels bei schlechtem Wetter, wie es aus übergroßer Besorgnis von manchem Geflügelzüchter getan wird, ist unnötig. Das Geflügel bedarf gerade während der Mauser der Freiheit, damit es in Hof und Feld das nötige Beifutter, wie Schnecken, Insekten, Käfer, Würmer, Körner und Grünes selbst finden kann. Nur bei tagelangem nassen Wetter hält man das Geflügel in einem größeren Raum, wo es nicht zu sehr in seiner Bewegungsfreiheit gehindert ist. Zugluft ist während der Mauser von größtem Schaden für das Geflügel, weil Pips und katarrhalische Erkrankungen fast immer die Folgen sind. Wer es an kräftigem Futter und einiger Pflege nicht fehlen läßt, wird kaum einen Schaden oder Verlust während der Mauser an seiner Geflügel zu beklagen haben.

Frage-Ecke.

Antworten.

63. Ich habe das sogenannte Diamantpulver als **Kitt** für alle möglichen Gegenstände für sehr gut befunden. Sogar Löcher in Blechgeschirren, die kein Spengler mehr löten wollte, hab ich damit gut ausgekittet. Sie können das Pulver jedenfalls in jeder Drogerie kaufen. L.

64. Ich schneide Seidenpapier in der Größe des Konservenglases (über den Rand greifend) pinsle den Rand des Glases und den Rand des Papieres mit Milch ein und drücke dieses auf das Glas. Wird der **Milchverschluß** sorgfältig nachgeprüft, daß keine Stellen offen bleiben, so verschließt er absolut sicher. H.

65. Der **Holunder** wird immer als Stiefkind unter den Beerenfrüchten betrachtet, seines eigenartigen Geschmackes wegen. In unserem Haushalt werden die Beeren aber sehr gern gegessen und in der Hauptsache so zubereitet wie Heidelbeeren. Wir mischen für die meisten Gerichte einen Fünftel dick eingekochte Johannisbeeren, die ja in diesem Jahre billig zu haben waren und machen die Beobachtung, daß der eigentümliche Holundergeschmack dadurch neutralisiert wird. H.

Fragen.

66. Meine **Kirschen**, die ich dieses Jahr zum sterilisieren bekam, waren überreif und weich. Nun bemerke ich, daß wohl die Hälfte der Gläser wieder aufgehen, trotz guten Gummiringen. Sind nun die Kirschen schuld oder der Aufbewahrungsort, die Speisekammer, die von der Sonne beschienen wird und infolgedessen warm ist? E. S.

67. Ich bin sehr große Nelkenliebhaberin. Könnte mir eine Abonnentin Ableger von schöngefärbten **Nelken** oder kleine Stöcke überlassen? Ich kann dafür mit Dahlien, Eisenhut, Montbretia, Lilien etc dienen. Adresse durch die Redaktion. -i.

68. Ich habe schon davon gehört, daß ganze Zimmereinrichtungen aus **Kisten** hergestellt werden seien, die gar keinen ungünstigen Eindruck machten. Kann ein solcher Künstler für Innendekoration uns im Ratgeber einige Ratschläge erteilen? Hausfrau.