

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

Band: 27 (1920)

Heft: 18

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: 10.07.2025

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

Abonnementpreis: 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 Nonpareilzeile 45 Cts.

Nr. 18. XXVII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Nummern Zürich, 4. September 1920.

O, streute jeder in das Leben
Des andern eine Blume nur,
Dann würde manche Rosenspur
Dies Dasein freundlich überweben.

Ghr. H. Liebge.



Einige Ratschläge zum Wohnungs- umzug.

(Nachdruck verboten.)

Die Arbeit, die ein Umzug für die Hausfrau mit sich bringt, kann diese sich bedeutend erleichtern, wenn sie bei Zeiten wohlüberlegte, sachgemäße Vorbereitungen trifft. Zugleich liegt in diesen die Möglichkeit, die Umzugskosten zu beschränken. Sie überlege, was alles geschehen sein muß, in dem Augenblick, in dem die Möbel-Transporteure die Wohnung betreten, um die einzelnen Stücke wegzutragen. Finden diese Arbeiter alles so vorbereitet, daß sie es ohne Selbstarbeit sofort in oder auf den Transportwagen laden können, bezeichnet man ihnen stets gleich die Stücke und deren Reihenfolge, statt dies ihrer oft recht gemüthlichen Überlegung zu überlassen, so spart man natürlich erheblich an diesem jetzt so hohen Stundenlohn. Die Hausfrau setze die Zeitdauer dieser Vorbereitungen nicht zu kurz an; sie bedenke, daß neben diesen Arbeiten die täglichen weitergehen.

Als Prinzip stehe fest, alles so vorzurichten, daß es im neuen Heim sofort gebraucht werden kann. Also die Vor-

hänge nach den neuen Maßen zu richten und dann zu reinigen, Stangen und Ringe eventuell neu mit Bronze zu bestreichen.

Lange vor dem Umzug sammle man Zeitungen und anderes Packmaterial und sichte Keller und Speicher, d. h. die Orte, an denen sich in jedem Haushalt Ungebrauchtes und wertlos Gewordenes ansammelt. Um Umzugskosten und die Mühe der neuen Aufbewahrung zu ersparen, räume man hier energisch durch Verkauf, Verschenken oder Verbrennen auf. Damit letzteres aber nicht nur um es wegzuschaffen geschehe, sortiere man sehr bald, damit alles Brennbares allmählich als Ersatz für anderes Brennmaterial diene.

Jede Hausfrau, die in größeren Städten wohnt, wo Brockenhäuser eingerichtet sind, gebe für sie wertlose Gegenstände an diese ab.

Geschieht der Umzug in eine andere Stadt, so ist es am vorteilhaftesten, sich einen ganzen Waggon (auch wenn dieser nicht ganz angefüllt wird) zu mieten und in diesen die bis zu den Schienen gefahrenen Möbel einzustellen. Man bekommt den Schlüssel des Waggons. Ein auf die Geleise gebrachter sogen. Möbelwagen faßt (trotz ähnlichen Frachtkosten) nur ein Drittel.

Möbel, die eine Reparatur benötigen, gebe man so zeitig dem Schreiner ab, daß dieser sie bestimmt am Tag des Umzugs in die neue Wohnung liefern

kann. Geht der Umzug von Straße zu Straße im Möbelwagen vor sich, so kann man auch das Abpolieren der Möbel — was bei Frachtbeförderung besser erst im neuen Heim geschieht — jetzt schon vornehmen. Zuerst reinigen = des Abreiben mit $\frac{1}{4}$ Petrol, $\frac{3}{4}$ Wasser, dem kräftiges Einreiben mit 1 Teil Spiritus und 2 Teilen bestes, gekochtes Leinöl folgt.

Da Betten und Matratzen von den Arbeitern vielfach zur Auf- und Unterlage von polierten Möbeln benützt werden, ist nötig, für diese Überzüge aus alten Stoffen, Schürzen etc. vorzubereiten und sie nach gründlichem Lüften und Klopfen am Umzugstag damit zu überziehen. Ebenso sind gute Polstermöbel mit Hüllen zu versehen. Das Anfassen feiner Stoffbezüge durch die Arbeiter kann häßliche Flecke verursachen.

Folgende Vorbereitungen sollten erst möglichst nahe dem Umzugstag getroffen werden: Die letzte Wäsche; das Füllen der Cafeschachtel mit selbstgebackenem Vorrat, der an den Einrichtungstagen hochwillkommen ist; die feste Zusicherung, Kinder am Auszugstage bei Freunden unterzubringen; von Bekannten Wasch- und Tragkörbe und leichte Kisten zu leihen, um die eigenen nicht eilig und wiederholt leeren zu müssen, sondern Tage vorher packen und stehen lassen zu können.

Man sehe nach, daß der Werkzeugkasten vollständig und mit Nägeln, Klöben und Leim gut assortiert sei.

Im Gegensatz zu solchen Vorbereitungen stehen die nötigen Unterlassungen im Hinblick auf den Umzug: Möglichstes Beschränken im Kauf von Brennmaterial; Kartoffeln, kurz aller Vorräte und Haushaltgegenstände, die man am neuen Wohnort leicht beschaffen kann. Auch ein etwa nötiges Stimmen des Klaviers werde verschoben, denn nicht nur ein Transport in kalter oder nasser Jahreszeit würde neues Verstimmen verursachen, sondern solches wird auch schon verursacht durch das bei jedem Umzug

unvermeidliche Herumstehen des Instrumentes im Zug.

Was nun das Packen selbst betrifft, so überläßt man Porzellan und Glas oft der „Verantwortung halber“ dem Garantie leistenden Packer. Aber auch dies kann die sorgsame Hausfrau ebenso sicher und sachgemäß ausführen und den hohen Arbeitslohn sparen.

Jedes Porzellanstück und Glas wird einzeln vollständig in Zeitungspapier fest eingewickelt und dann mittelst Heu oder Holzwolle dermaßen fest in Kisten verpackt, daß weder ein sich Berühren noch Schütteln möglich ist. Eine solche Kiste, zugenagelt, verträgt Frachtbeförderung. Bei Straßenumzug genügt es, die eingewickelten Gläser usw. nur auf und nebeneinander in Waschkörbe oder niedere (daß keine zu hohe Schichtung eintrete) Kisten ohne Deckel oder in herausgenommene Schubladen zu legen. Starkes Porzellan und Geschirr kann zwischen Tücher in Körbe gelegt werden.

Alle Kleider und Mäntel hänge man glattgestrichen und dicht aneinander gedrängt (so wird Zerknitterung am meisten vermieden) in die Kleiderschränke und binde die Aufhängösen an die Kleiderschrauben fest. In die Oberfächer lege man — ebenfalls dicht gedrängt — Vorhänge, Tischdecken usw. Kleine, zerbrechliche Stücke und Wertgegenstände verpackt man, mit Papier ausgestopft, in kleine Schubladen, die im Möbelstück bleiben, abgesehen und die in den ersten Tagen, wo keine Zeit dazu ist, nicht ausgepackt werden müssen. Aus denselben Gründen muß gebrauchte und frische Wäsche, wenn sie für abschließbare Kommodeschubladen zu schwer ist, in zugenagelten Kisten transportiert werden.

Büchergestelle sollen zum ersten Transport gehören; im neuen Heim sofort an den richtigen Platz gestellt, können die Bücher (natürlich noch ungeordnet) sofort eingereicht werden.

Betreffend Bilder und Spiegel verständig man sich mit dem Packer, wenn

dieser zur Einschätzung für den Umzug ins Haus kommt. Man überlasse diese Beförderung ihm, halte nur Latten und Werkzeug bereit, falls, wie oft üblich, die Spiegel zwischen ein Lattenkreuz offen in den Wagen gestellt und die Bildrahmen nur an den Ecken dicht mit Papier umwickelt werden.

Beim Verpacken lege man alles, was im neuen Heim sofort gebraucht wird, in einen Korb, besonders wenn kleine Kinder in der Familie sind; es würde sonst das Fehlen bestimmter Wäsche oder Flaschen usw. nicht nur eine alle Einzugsarbeit störende Aufregung, sondern auch Gesundheits-schädigung hervorrufen.

Und damit kommen wir zum letzten Rat: man bereite am Tag vor dem Umzug ein Mittagessen, das in der Kochkiste transportiert und andern Tags auf Gas erwärmt werden kann; damit es den Familiengliedern an der richtigen Ernährung nicht fehle.

Bei einem Straßenumzug mit Einzel-ladungen begeben sich die Hausfrau, mit der ersten Ladung, nachdem sie ihren zurückgelassenen Helfern die Reihenfolge (event. mit Zettelaußschrift) der einzelnen Stücke angegeben hat, — in die neue Wohnung, damit sie dort sofort den bleibenden Stand jedes Möbels angeben kann und aus ihrem „Korb,“ schon am ersten Abend ein zierlich bestelltes „Tischlein deck dich“ für ihre Lieben bereiten kann.

Ja von der Lütt.



Vegetarische Küche.

(Nachdruck verboten.)

Im Sommer ist es leicht, vegetarisch zu leben; die saftigen Gemüse und Obstgerichte locken mehr als Fleisch oder gar Wurst und Speck. Wer aus irgend einem Grunde die vegetarische Kost einführen will, sollte im Sommer damit beginnen; man lebt sich so besser ein und im Winter vermißt man das Fleisch nicht mehr. Viele Frauen meinen, das

vegetarische Kochen mache viel mehr Arbeit, als die Fleischgerichte. Das ist nicht richtig; man kann sehr einfache vegetarische Gerichte herstellen, und wieder solche, die viel Arbeit machen.

Ich will heute einmal eine kleine Anregung für solche Hausfrauen geben, die Zeit sparen wollen.

Da kommen zuerst die Eintopfgerichte in Betracht. Man rüstet Kohl oder Weißkraut oder Lauch, auch Råben, Bodenråben, Kohlrabi etc., auch grüne, dicke Bohnen eignen sich gut. Dazu werden geschålte, in dicke Stücke geschnittene Kartoffeln getan; das Ganze wird mit Wasser bedeckt und gesotten. Die Kartoffeln kommen bei den weniger schnell gar werdenden Gemåusen erst dazu, wenn erstere etwas gesotten haben. Wenn Gemåuse und Kartoffeln gar sind, wird aus dem Wasser gehoben, angerichtet und frische Tafelbutter in Flöckchen daråber gegeben. In das Wasser kommt entweder Hafer oder Reis, Grieß, Gerste, oder Sago wird aufgekocht und in die Kochkiste gestellt für das Nachtessen. Wem das Gemåuse mit guter Tafelbutter allein zu ungewohnt ist, der kann ja irgend eine Sauce mit und ohne Mehl und mit allerlei Gewürzkråutern daran tun; es ist aber ganz åberflüssig. Butter enthålt viel Vitamin, welches durch Hitze abgetötet wird, also ist rohe Tafelbutter viel nahrhafter als mit Mehl gebråunte; geröstetes Mehl, Zwiebeln u. s. w. erzeugen Blåhungen. Dadurch, daß das ganze Gemåuse- und Kartoffelwasser verwendet wird, geht nichts vom Nährgehalt verloren. Ergånzen kann man solch ein Mittagessen durch einen Salat mit oder ohne Ei, Gurkensalat mit etwas Milch und Rahm, saure Milch oder Wåhen.

Einen Wink für das Kochen von Rånden und Råbli möchte ich bei dieser Gelegenheit geben. Ich koche sie in einem sehr großen Topf mit Kartoffeln in der Schale zusammen; das spart Gas. In den Topf gebe ich immer eine verstellbare Aluminiumeinlage, das Wasser

darf nur bis an diese gehen, dann schichte ich die peinlich sauber gebürsteten, aber nicht abgezogenen Randen, Rübli und Kartoffeln darauf, decke mit gut schließendem Deckel zu und lasse alles weich kochen. Nachher werden die Randen und Rübli erst geschält. Auf diese Art geht kein Saft verloren und sie sind gut zu Salat zu brauchen.

(Fortsetzung folgt.)



Spare mit dem Gas.

(Nachdruck verboten.)

Wenn die Hausfrau mit dem Gas nicht sparsam umzugehen weiß, so wird sie bei dem heutigen hohen Gaspreis über die monatliche Gas-Rechnung erschrecken müssen. Es genügt nicht, daß sie nahrhafte und schmackhafte Gerichte herstellen kann, sondern sie muß es auch verstehen, beim Kochen mit Gas zu sparen. Jeder unnötige Gasverbrauch erhöht die Gasrechnung.

Die Flamme des Gasherdes soll nicht angezündet werden, bevor der Kochtopf mit Inhalt zum Aufsetzen bereit steht. Zündet man zuerst die Flamme an und macht erst dann die Zutaten zum Gericht bereit, so brennt unterdessen die Flamme nutzlos und das Gas wird verschwendet. Beim Anzünden öffnet man zuerst den Hahn, wartet einige Sekunden und entzündet die Flamme. Auf diese Art wird das Zurückschlagen der Flamme meistens vermieden. Eine falschbrennende Flamme rußt, verbreitet einen unangenehmen Geruch und hat nur wenig Heizkraft. Sie wird sofort ausgedreht und wieder angezündet. Die gutbrennende Kochflamme muß eine grünblaue Farbe haben und darf nicht flackern.

Wird ein kleiner Topf aufgesetzt, so darf der Hahn nicht ganz geöffnet werden. Die Flamme darf nie über den Topfboden hinausschlagen.

Manche Köchin glaubt, eine Speise werde schneller gar, wenn sie auf starker Flamme zubereitet wird. Sie kann sich aber überzeugen, daß einem Nahrungs-

mittel, das brausend kocht, viel Wasser beigegeben werden muß, weil eben viel Wasser verdampft. Das stark kochende Wasser wird die Speise auslaugen und die aromatischen Stoffe werden mit dem Dampf entweichen. Das Gericht wird dann weniger schmackhaft und nahrhaft und brennt leicht an. Diese Tatsache sollte jeder Köchin zu denken geben. Ueberlegt man, daß eine Flüssigkeit bei einer bestimmten Temperatur kocht und schneller kocht, wenn der Kochtopf zugedeckt wird, so ist nur nötig, sobald die Speise kocht, die Siedetemperatur gleichmäßig zu erhalten. Dazu braucht es nur eine kleine Flamme. Es kann viel Gas erspart werden, wenn man die Flamme kleiner macht, sobald das Gericht kocht.

In jedem Haushalt sollte neben dem Gasherd eine Kochfliste vorhanden sein. Beim Gebrauch derselben ist eine gute Zubereitung der Mahlzeiten bei geringem Gasverbrauch möglich. Speisen, die auf dem Herde einer Kochzeit von 2 bis 3 Stunden bedürfen, brauchen bei Anwendung der Kochfliste nur eine Vorkochzeit von 20 bis 40 Minuten.

Die Reinhaltung des Gasherdes ist sehr wichtig. Bei einem nachlässig gereinigten Gasherde wird das Gas nicht vorteilhaft verbrennen.

Die Hausfrau soll täglich die Gasuhr kontrollieren. Dies wird viel zum sparsamen Gasverbrauch beitragen.

H.

Gaushalt.

Was ist Salizylsäure?

Vor zwanzig Jahren wurde die Salizylsäure noch sehr häufig als Konservierungsmittel für Obst, Gemüse, Früchte und Fleisch angewendet, bis man ihre gesundheitschädliche Wirkung nach und nach entdeckte und ihre Verwendung in gewerblichen Betrieben ganz verbot.

Es wird nun manche Hausfrau interessieren, zu vernehmen, was eigentlich die Salizylsäure ist, woraus sie besteht und hergestellt wird. Die Blüten des sogen. Krampfs- oder Wurmkrautes (*Spiraea almaria*), auch Geißbart und Wiesenkönigin genannt, sowie die Blüten einer mit dieser verwandten Art, der

sogen. Erdsichel oder des Haarstrang (*Spiraea filipendula*) enthalten ein ätherisches, scharf brennendes Öl, aus welchem durch Destillation mit einer chemischen Karbol- oder Benzolverbindung die sehr säulniswidrige Salizylsäure gewonnen wird, daher heißt letztere auch Ortho-Oxidbenzoesäure. Wenn nun auch die Salizylsäure an und für sich nicht gesundheits-schädlich wäre, so muß sie dies werden durch die chemische Verbindung, die sie bei der Gewinnung mit den zur Destillation nötigen Karbol- und Benzoläuren eingeht. Es ist daher auch Tatsache, daß nach dem Gutachten aller Ärzte selbst kleinste Mengen von Salizyl nicht nur auf Magen und Gedärme, sondern ganz besonders auf das Herz einen sehr schädlichen Einfluß ausüben. Es wird also vor der Verwendung von Salizylsäure zu Konservierungszwecken, wo sie vielleicht noch gebräuchlich ist, aus vorstehenden Gründen gewarnt.

G.

Linoleum- und gestrichene Böden

kann man ohne Seife mit einer Lösung aus 1 Eßlöffel voll Bleichsoda, 1 Eßlöffel voll Salmiakgeist in 1 Liter kochendem Wasser aufgelöst, mit einem Eimer voll lauem Wasser vermischt, reinigen. Reibt man mit Luffalappen oder altem Strumpf Linoleum oder gestrichene Böden gleichmäßig ab und spült mit klarem Wasser nach, so werden diese tadellos sauber, ohne ihren Glanz auch nur im geringsten zu verlieren.

M. E.

Unsaubere Flaschen,

auch solche mit Öl-Ansatz, können durch tüchtiges Ausschwenken mit Sand, Kaffeesak oder Sägemehl leicht gereinigt werden.

Rüche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Tropfen-Suppe, † Kalbsbraten in Milch, † Mangoldstiele au gratin, Tomaten-salat, † Brombeerschaum.

Montag: † Kraftbrühe, † Mais mit Spinat, Holundermus nach Bündner Art.

Dienstag: Erbsuppe, * Leberplätzchen, Schmalzbohnen, Salzkartoffeln.

Mittwoch: Petersiliensuppe, Gefüllte Tomaten, † Kartoffelramequin, Birnen.

Donnerstag: Einlaufsuppe, † Schafffleisch mit Rohl, Zwiebelreis.

Freitag: * Kürbissuppe, * Heringskartoffeln, * Böhmisches Zwetschgenspeise.

Samstag: Brotsuppe, Hafersflockenplätzchen, * Kartoffelsalat mit Gurken.

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

Koch-Rezepte.

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

Kürbissuppe. 1 Kg. Kürbis wird weich gedämpft und durch ein Sieb gestrichen. In 1 Eßlöffel heißen Fett wird der Brei mit 2 bis 3 Eßlöffel Mehl gut gedämpft, mit 1¹/₂ Liter Wasser abgelöscht, gesalzen und eine kleine Zwiebel beigefügt. Vorkochzeit 5 Minuten, Kochzeit 2 Stunden. Nach Belieben kann 1 Teelöffel Kümmel beigeegeben werden, auch Majoran oder Suppenkräuter.

„Wie koche ich zeitgemäß?“

Leberplätzchen. Zutaten: 500 Gr. Leber, 40 Gr. Fett, ¹/₈ Liter Knochenbrühe oder Wasser, 30 Gr. Mehl, Salz und Pfeffer, 2 Eßlöffel Rahm. Zubereitung: Die in Milchwasser eingelegte Kalbsleber oder junge Rindsleber wird abgetrocknet, enthäutet, in etwa 1 cm dicke, handgroße Scheiben geschnitten, mit feinem Salz und Pfeffer bestreut und in Mehl gewendet. Unterdessen läßt man das Fett heiß werden. Man bratet darin die vorbereiteten Plätzchen sofort in 4—5 Minuten zu gelber Farbe. Dann nimmt man sie heraus und legt sie schuppenförmig auf eine erwärmte Platte. Man gibt etwas Knochenbrühe oder Wasser in die Pfanne, kocht damit den Fondß auf, würzt und gibt die Sauce durch ein Sieb über die Plätzchen. „Unser täglich Brot.“

Heringskartoffeln. 1¹/₂ Kilo Kartoffeln, 3—4 Heringe, 1 Zwiebel, 40 Gr. Speck, 1 Löffel Mehl, ¹/₈ Liter Milch. Frisch in der Schale gekochte Kartoffeln werden geschält, in dünne Scheiben geschnitten und warm gestellt. Eine Zwiebel wird gehackt und in dem fein geschnittenen Speck gelbgebraten, 1 Löffel Mehl dazu gerührt und die Milch dazugegossen, so daß es eine sämige Sauce gibt, die man mit Pfeffer würzt, mit den entgräteten und in feine Würfel geschnittenen Heringen und zuletzt mit den heiß hineingeschnittenen Kartoffeln vermischt. Wenn die Kartoffeln nicht heiß in die Sauce kommen, werden sie hart. (Sehr nahrhaft und gut.) Quantum für 4 Personen.

Kürbisgemüse. 1¹/₂ Kilo Kürbis wird in Würfel geschnitten, im kochenden Salzwasser einige Min. gekocht und abgetropft. In 1 Löffel heißem Fett werden feingeschnittene Zwiebeln gedämpft, die Kürbiswürfel hineingegeben, ebenso 1—2 zerschnittene Tomaten, Salz und Pfeffer, alles zusammen dämpfen gelassen, mit Brühe oder Bratensauce abgelöscht und nach dem Aufkochen 1¹/₂ — 2 Stunden in der Kochkiste gekocht.

Polentaring. Eine gut gekochte Polenta wird noch warm in eine kalt ausgespülte Ringform geschüttet und dann auf eine Schüssel gestürzt. In die Mitte gibt man ein Gericht von Pilzen, oder ein Ragout von Fleischresten

oder gedünstete Nieren oder Leber in Tomatensauce, oder gekochtes Obst (Aepfel, Birnen).

Kartoffelsalat mit Gurken. 6 Kartoffeln werden gekocht, geschält und in dünne Scheiben geschnitten. Dann werden sie mit halbsoviel Gurken gemischt. Diese müssen vorher geschält, in dünne Scheiben geschnitten und ausgepreßt sein. Nun fügt man etwas Kümmel und 1 Läßchen sauren Rahm, der gequirt ist und ein wenig Essig hinzu. Man kann auch eingemachte Gurken verwenden.

Böhmische Zwetschgenspeise. Man steine recht reife Zwetschgen durch einen Schnitt an der Seite aus, stelle sie aufrecht ganz dicht neben- und übereinander in eine gebutterte Auflaufform und bestreue sie mit Zucker. Lege dann einen Deckel von Würbteig darauf, bestreibe ihn mit zerklöpftem Ei, besiebe ihn mit Zucker und bade die Speise im Ofen schön braun. Man kann die Früchte auch schälen, wozu man sie mit kochendem Wasser überbrüht; sie lassen sich dann mit einem spitzigen Messerchen leicht schälen.

Pröpper, „Das Obst in der Küche.“

Falscher Schlagrahm. In 1 Liter Wasser kocht man 250 Gr. Zucker und rührt dann eine Tasse feinsten Grieß ein; nach Wiederaufkochen fügt man den Saft einer Zitrone bei und läßt noch 5 Minuten weiter kochen. Die Masse wird dann am besten in einem Gefäß mit kaltem Wasser stehend, tüchtig geschlagen, bis sich Schaum bildet. Eingemachte Erdbeeren sind eine gut passende Beigabe.

Eine andere Art ist folgende (als Beilage zu Kuchen oder Fülle vorzüglich): 1 Eiweiß, 3 Eßlöffel Zucker, nach Belieben etwas Vanillezucker, und 3 Eßlöffel gut durchrührtes Apfelmus werden zusammen in einem hohen Topfe $\frac{3}{4}$ —1 Stunde geschlagen, am besten mit dem Rahmschwinger (Rädchen). Die Masse wird bei genügend langem Schlagen ganz steif und sieht fast schneeweiß aus.

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Zwetschgen-Marmelade mit Holunderbeeren. 4—4 $\frac{1}{2}$ Liter reife, schwarze Holunderbeeren streift man von den Stielen, gibt sie in einen glasierten Topf, stellt ihn in ein Gefäß mit siedendem Wasser und läßt das Wasser so lange kochen, bis aller Saft aus den Beeren gezogen ist. Man seigt ihn durch, kocht ihn mit 8—9 Liter ausgefernten Zwetschgen, 8 Gr. gestoßenem Zimt, 8 Gr. gestoßenen Nelken und der feingehackten Schale einer Zitrone langsam unter fortgesetztem Umrühren recht dick ein. Man schüttet die Marmelade gleich heiß in Steintöpfe und verbindet nach dem Erkalten.

Trauben-Konfitüre. Man kocht 2 Kilo Trauben mit 1 Liter süßem Most drei Viertel-

stunden, ließt die Kerne sorgsam heraus, fügt dann 500 Gr. gestoßenen Zucker hinzu und kocht die Konfitüre unter fleißigem Umrühren langsam dick ein.

Salzbohnen. 1 Kilo Bohnen, 25 Gr. Salz. Hiesfür können nicht nur kleine, sondern auch zarte, große Bohnen (Schmalzbohnen) verwendet werden. Man gibt die gewaschenen Bohnen in kochendes, schwaches Salzwasser, läßt sie aber, besonders wenn es eine zarte Sorte ist, nur so lange darin, bis das Wasser wieder kocht, denn sie dürfen nicht zu weich sein. Dann werden sie herausgenommen, mit kaltem Wasser ab gespült und abgefädelt. Sind die Bohnen erkaltet, so legt man sie in einen sauberen Steinguthafen und streut das Salz, welches man vorher abgewogen hat, dazwischen. Ist der Topf voll, so gießt man gekochtes und wieder völlig erkaltetes Wasser dazu, bis es über den Bohnen steht, legt ein sauberes Tuch darauf, überdeckt es mit zwei eingepaßten halbrunden Brettchen und beschwert diese, damit die Bohnen fest zusammengepreßt werden, mit einem ziemlich schweren Stein. Wenn sie sich gesetzt haben, kann man nochmals nachfüllen. Alle 14 Tage und jedesmal, wenn dem Topf Bohnen entnommen werden, muß der Schaum, der sich an der Oberfläche bildet, mit dem Luche entfernt und auch das trübe Wasser abgeschöpft werden. Dann gießt man wieder Salzwasser hinzu, bis die Bohnen bedeckt sind, legt das gereinigte Tuch und die Brettchen darauf und beschwert wieder mit dem Stein. So behandelte Bohnen schmecken schwach säuerlich, bleiben aber gut, bis es wieder frische gibt. Beim Gebrauch werden sie, nachdem sie gut gewässert wurden, in ungesalzenem Wasser weich gekocht (zehn Minuten, dann eine Stunde in der Kochkiste) und dann wie frische Bohnen zubereitet.

Tomatensauce. Die gewaschenen Tomaten werden in Stücke geschnitten, auf kleinem Feuer im eigenen Saft eine Viertelstunde gekocht und durch ein Drahtsieb getrieben, so daß Haut und Kernchen zurückbleiben. Man kocht letztere mit wenig Wasser nochmals auf und treibt sie wieder durch das Sieb. Nun wird die Tomatensauce aufs Feuer gebracht und mit oder ohne Salz eine Viertelstunde gekocht, dann mittels eines Trichters wie Apfelmus eingefüllt, verkorkt und verpicht. Es ist besser, kleine Fläschchen zu benutzen, da man gewöhnlich keine große Flasche Sauce auf einmal braucht. Man soll sie auch nicht länger kochen, um sie einzudicken, sonst tritt gerne Gärung ein. Dies kommt nicht vor, wenn die Sauce dünnflüssig eingefüllt, gut verkorkt, verpicht und kühl und dunkel aufbewahrt wird. Den Rückstand im Sieb kann man nochmals aufkochen und das Wasser zu Suppe verwenden.

Reformkochbuch.



Gesundheitspflege.

Wachstumsstörungen des Kopshaars durch schadhafte Kämme.

Sehr oft wird aus Sparsamkeitsgründen ein Kamm noch täglich verwendet, bei dem die Kammzinken durchgebrochen, gespalten oder abgebrochen sind. Solche sollten unter allen Umständen ausgeschaltet werden, da sie die Haare schädigen. Durch die Spalten werden die feinen Haarröhrchen eingeritzt und dadurch der Luftzutritt zu ihrem Innern gestattet, so daß sie bald ausfallen, dann aber trägt auch jedes kleinste Haarwirrnis, mit diesen beschädigten Kämmen geglättet, zum vermehrten Haarausfall bei, da nur tadellos glatte Kämm das Kopfhaar in einwandfreier Weise zu ordnen und zu glätten vermögen. Abgebrochene Zinken mit ihren Vertiefungen im Kammrande werden jedoch in wenigen Tagen schon zu wahren Bazillenherden, da sich an ihnen das Fett der Kopfhaut und der Staub als bester Nährboden für diese niedersehen und von hier aus über das ganze Haar verteilen. W.

Krankenpflege.

Einfache und sichere Desinfektion der Eßgeschirre.

Nur zu häufig werden Eßgeschirre, die von mit übertragbaren Krankheiten behafteten und in der Familie gepflegten Personen benutzt werden, nicht mit der nötigen Sorgfalt behandelt, so daß auch andere Familienangehörige von der gleichen Krankheit ergriffen werden. Aber auch wo dieses geschieht, ist die Methode nicht immer eine zuverlässige, wie es z. B. die viel angewendete ist, wonach eine Abwaschung mit einer zweiprozentigen, lauwarmen Sodalösung vorgenommen wird, ein Verfahren, das sich nach den neuesten Untersuchungen als nicht ausreichend erwies, da selbst nach zehnminutenlanger Einwirkung Tuberkelbazillen noch nicht abgetötet wurden. Ein sichereres und dabei einfaches Mittel ist siedendheißes Wasser, in den nach angestellten Versuchen schon nach einer Minute die Tuberkelbazillen abgetötet wurden. Dr. R. B.

Kinderpflege und -Erziehung.

Entwickelt den Natursinn im Kinde!

Die Natur ist zu jeder Jahreszeit so überaus reich an Schönheiten, daß das Interesse an ihr nie zu erkalten brauchte, wenn das nötige Verständnis in jedem Menschen dafür vorhanden wäre. Dieses in den Kindern zu

wecken und ständig wach zu erhalten, sollte sich jede Mutter angelegen sein lassen. Ein großer Teil der schwierigen Erziehungsarbeit würde ihr dadurch erleichtert werden. Es muß ihr einleuchten, daß ungezählte Vorwürfe und Ermahnungen, Belehrungen und Verbote überflüssig werden, wenn die Kinder jedem Lebewesen, gleichviel ob Insekten, Käfern, allem Gewürm usw., wie auch den Pflanzen, Bäumen und Sträuchern mit schonungsvollem Verständnis gegenüber treten. Sie können einfach keine Robheit begehen, wenn ihnen ihre Erzieher klar machen, daß die Tiere Leid und Schmerz empfinden, wie die Menschen und die Pflanzen absterben müssen, wenn sie entwurzelt werden. Werden sie auf die feinen Farbenunterschiede im Grün der Wälder und Wiesen, auf die Farbenskala des Blumenflors aufmerksam gemacht, dann wird ihr Schönheitssinn geweckt, ihre Freude an der Natur und ihren Reizen erhöht. Wird ihnen ferner Gelegenheit geboten, mit eigener Hand Pflanzen aufzuziehen, ihr Wachsen und Gedeihen zu verfolgen, — was selbst in den kleinsten Verhältnissen möglich ist, — dann geht ihnen allmählich das Verständnis für die Allmacht und Größe der Natur auf, die sich schützend und schirmend des kleinsten Lebewesens annimmt. Ein entwickelter Natursinn verbürgt aber dem Kind den Genuß reinsten Freuden das ganze Jahr hindurch, vom ersten sprossenden Grün des Frühlings an bis zu den zierlichen Sterngebilden der Schneeflocke und den phantastischen Gebilden der Eisblumen am Fenster. Stumpfe Gleichgültigkeit und Langeweile ist jenen Kindern, in denen der Natursinn geweckt wurde, ein fremder Begriff. Th. W.

Gartenbau und Blumenkultur.

Zur Artischockenkultur.

Im August und September treiben aus dem Herzen der distelähnlichen Pflanze Blütenstiele. Es zeigen sich mehrere Köpfe mit den schuppenförmigen Kelchblättern. Die schwächeren, seitlich stehenden Köpfschen sind wegzuschneiden; dadurch werden die Hauptköpfe um so vollkommener und wertvoller. Sie werden geerntet, sobald sie voll entwickelt sind, aber noch kurz bevor in der Mitte des Schuppenkelches farbige Blumenblätter sichtbar werden; dann ist der eßbare Blütenboden am vollkommensten und noch völlig zart. Sind im Herbst die Blätter erfroren, schneiden wir sie ab, häufeln etwas Erde rings um die Pflanze und decken hierauf bei Frost die Herzen mit Tannenreisig oder strohigem Dünger zu. Die Stöcke dürfen auch mit allen Wurzeln ausgehoben und im Keller eingeschlagen werden.

Im Frühjahr werden die Artischockenstauden möglichst zeitig von der Winterdecke

befreit und nachgesehen. Jede alte Pflanze soll nur zwei Sprossen behalten: die beiden kräftigsten und gesündesten; die übrigen werden beim Ausputzen im Frühjahr weggeschnitten und können zur Vermehrung dienen. J. B.

Tierzucht.

Das Kaninchen

erhält die gleichen Futtermittel wie das Schaf und die Ziege. Wir unterscheiden die Grünfütterung, welche in den Sommer- und Herbstmonaten möglich ist, und die Trockenfütterung, die besonders in die Winter- und Frühjahrsmonate fällt. Die Grünfütterung geschieht mit Gras, Klee, Laub, den verschiedenen Gemüseabfällen aus dem Garten und Haushalte, den Schälabfällen von Kartoffeln, Rüben u. dgl., sowie aus der Küche, ferner Runkeln und Rüben. An Trockenfutter, welches das ganze Jahr neben Grünfutter mit verabreicht werden kann, ist gutes Wiesenheu, Kleeheu und Laubreisig nötig. Eine möglichst reiche Abwechslung ist zu empfehlen, es darf nicht tage- oder wochenlang, wie es oft geschieht, ein und dasselbe Futter gegeben werden. Im Frühjahr darf der Übergang zur Grünfütterung nicht plötzlich geschehen. Es muß täglich erst gutes Heu und dann, anfangs in kleinen Mengen, das Grünfutter verabreicht werden. Es soll möglichst frisch und nicht naß sein. Die Verfütterung von Salat soll den Tieren nachteilig sein. Im Winter füttert man Wiesen- und Kleeheu in Abwechslung neben Runkeln, Zuckerrüben, Rohlrüben u. dgl. Rüben und alle Wurzelgewächse sind roh vorzulegen. Kartoffelschalen füttert man besser gedämpft, mit Kleie untermengt, ebenso alle Gemüseabfälle, die gesammelt werden oder im eigenen Haushalt entstehen. Auch beim Kaninchen sind bestimmte Futterzeiten einzuhalten. Man füttert morgens, mittags und abends. Im Sommer wird am zeitigen Morgen zuerst Heu, dann Grünfutter gegeben; später, wenn es in reichen Mengen vorhanden ist, und an heißen Tagen kann das Heu wegbleiben. Mittags folgen Gemüseabfälle. Das Abendfutter besteht aus einer reichlichen Gabe Grünfutter, z. B. beblätterten Trieben von Topinambur, Sonnenrosen, Helianthi, Bohnen, Erbsenkraut u. dgl.

Auch frischer Klee kann im Juli verfüttert werden, sowie alle Kleearten. Nur der junge Klee ist ungeeignet, weil er sehr leicht zum Überfressen und zur Blähsucht der Tiere führt.

—r.

Frage=Seite.

Antworten.

67. Ihre Nelkenliebhaberei wird gewiß durch die Leserinnen des „Hauswirtschaftlichen Ratgebers“ befriedigt, wenn Sie Gegenwert leisten können. Wer weiß — vielleicht auch ohne solchen!

68. Eine Kinderzimmer-Einrichtung aus Kisten, blau bemalt, wurde im Laufe dieses Jahres in der Turnhalle am Helvetiaplatz in Zürich gezeigt. Das Kind lag in einer Kistenbettstatt, eine Kiste mit Aufsatz diente als Wickelkommode (vorne offen, aber mit Vorhang abgeschlossen), auch ein hübsches Bücherschränken aus einem schmalen Kistchen war an der Wand angebracht und eine verstellbare Sitzgelegenheit diente zum Sitzen und als Aufbewahrungsort von Spielsachen. Es sollte einer einigermaßen geschickten Hand auch ohne besondere Anleitung möglich sein, solche Möbel herzustellen. Kisten in jeder Größe sind in den Lagerräumen des Konsum- und Lebensmittelvereins zu beziehen. Möglicherweise kann Ihnen durch die Frauenzentrale Zürich, 18 Balstraße, die jene Ausstellung für Säuglingspflege veranstaltete, die Adresse des Herstellers jener Kinderzimmermöbel genannt werden.

Fragen.

69. Ich besitze viel Flaschenstanniol. Wer nennt mir Ankaufsstellen? Abonnentin in D.

70. Könnte mir vielleicht eine Hausfrau die Bezugsquelle einer guten, dauerhaften Hochglanz erzeugenden Bodenwische für Eichenparkett angeben?

71. Welche Pflanzentriebe lassen sich außer Oleander noch leicht im Wasser bewurzeln? Unwissende.

72. Existiert auch ein Buch, das sich speziell mit der Salatküche befaßt? Ich sollte möglichst viel Salat, roh oder gekocht, essen, bin aber um Rezepte verlegen.

Hausmutter.



CITROVIN

ALS ESSIG

ÄRZTLICH EMPFOHLEN

TUOR & STAUDENMANN · Schweizer Citrovinfabrik Zofingen

Hausfrau

die Gewicht legt auf blendend weiße Wäsche, bedient sich

grüner Olivenseife

qual. sup. in Verbindung mit
1a. Waschpulver „Olina.“

Sich zu wenden an

Fritz Corrodi in Ragaz. 1158