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

Band: 27 (1920)

Heft: 22

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 ::
Beilage zum „Schweizer Frauenheim".

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich ∴ Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich

Abonnementspreis:
Jährlich Fr. 4.—, halbjährlich Fr. 2.—. Abonnements nimmt die Expedition, Schöntalstraße 27, entgegen.

Nr. 22. XXVII. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich**, 6. November 1920.

Wer Zeit hat, warte nicht auf Zeit,
Sie kommt ihm nicht in Ewigkeit.
Wer den rechten Augenblick ergreift,
Dem kommen goldne Zeiten;
Wer ihn benutzt, ist Herr von Ewigkeiten.
Lavater.

□

Die Hausfrauenarbeit und ihr Segen.

——— (Nachdruck verboten.)

Seit die Frau angefangen hat, über den Zweck ihres Daseins nachzudenken, regt sich in ihr oft die Frage, ob nicht die Tätigkeit im Haushalt zu gering sei im Vergleich zu ihren Fähigkeiten. Besonders die von edlem Schaffensdrange beseelte gebildete Frau des Mittelstandes ist zeitweise unbefriedigt und unglücklich, wenn sie ihr enges Wirkungsgebiet überschaut und sehnt sich hinaus in die Weite, wo sie ungehindert ihre Gaben entfalten und Bedeutendes vollbringen könnte. Sie möchte es den Besten, Edelsten ihrer Schwestern, deren Lebensbilder sie voller Begeisterung in sich aufnimmt, gleichtun. — Doch da ist der Haushalt: ein hübsches freundliches Heim, vielleicht umgeben von Nutz- und Ziergarten, ein paar Kinder tummeln sich umher — ein kleiner stiller „Glückswinkel". — Wenn er nur nicht eine solche Unmenge von Arbeit erforderte! Von morgens früh bis abends spät muß sie täglich dieselben Arbeiten ausführen, denn die Mittel reichen nicht für eine Hilfe. Müde legt sich die Hausfrau abends zu Bett mit der Frage: „Was ist nun das Ergebnis all meiner Mühen? Man sieht kaum mehr etwas davon; und morgen und übermorgen und alle Tage der Woche, zumteil noch am Sonntag, muß ich das Gleiche wieder tun. Die Böden und Möbel sind wieder voll Staub, im Korb liegt ein neuer Haufen schmutziger Wäsche — was ich mit viel Sorgfalt gestern gekocht, ist verschwunden — frisches Unkraut sproßt im Garten — der Flickkorb, kaum aufatmend geleert, ist schon wieder beinahe ganz angefüllt."

Kingsley sagt irgendwo: „Danke Gott jeden Morgen, wenn du aufstehst, daß du heute etwas tun mußt, das zu geschehen hat, ob dus gern tust oder nicht. Der Zwang, etwas zu leisten, wird in dir Mäßigung, Selbstbeherrschung, Willenskraft, Zufriedenheit und hundert andere Tugenden erzeugen, die dem Trägen ewig fremd bleiben."

Gilt dieser Ausspruch nicht in erster Linie uns Frauen? Betrachten wir einmal die begüterten Frauen mit der gleichen Schulbildung wie wir, die für alle Kleinarbeiten des Haushaltes fremde Hilfe herbeiziehen und frei über ihre beste Zeit verfügen können. Leisten sie alle soviel Großes, Erhabenes, wie wir in ihren Verhältnissen zu leisten gedächten? Nur wenige tun es und sonderbarerweise auch wenige

in der Zahl derer, denen die Stellung und die Tätigkeit und der Einfluß ihres Mannes ihre Arbeit überall erleichtern würden. Wir finden auch viele Modetörinnen unter ihnen, vergnügungshungrige, unzufriedene und gelangweilte Wesen, die sich viel weniger um ihre Kinder kümmern als die vielbeschäftigte Hausfrau — vereinzelt auch Frauen, die weniger des edlen Zwecks wegen als zur Befriedigung ihres Ehrgeizes in der sozialen Arbeit stehen.

Solche Beobachtungen stimmen zum Nachdenken. Sind nicht gerade die kleinen, oft unangenehmen, täglich wiederkehrenden Pflichten des Haushalts, denen wir nachgehen, überzeugt von der Notwendigkeit gewissenhafter Erfüllung, dazu angetan, in uns Selbstüberwindung, Willenskraft, Fleiß, Bescheidenheit und andere hohe Tugenden zu entwickeln? Lernen wir nicht dabei am besten den Wert und die Notwendigkeit aller kleinen Dinge kennen, die geringste Arbeit unserer Mitmenschen achten und schätzen? Verstehen wir nicht tiefer ihre Sorgen, ihre Art, auch ihr Bedürfnis nach Erholung und Freude? Es drängt uns, ihnen liebevoll verstehend näher zu treten, ihnen nach Möglichkeit zu helfen und zu raten.

Und unsere Kinder: Wir können vielleicht nicht täglich mit ihnen spazieren gehen, können uns nicht allzuoft hinsetzen, um mit ihnen zu spielen, zu lesen, Geschichten zu erzählen. Aber wenn wir selbst einen Ausgang machen, dürfen die Kinder mitgehen, und müssen sie allein Besorgungen im Dorf machen, so wissen sie allerlei Neues, Interessantes der Mutter zu erzählen. Wenn Mutter näht oder flickt, so läßt sichs ganz gut mit ihr plaudern, sie kann auch hie und da ins Bilderbuch schauen, Zeichnungen bewundern und ihren Rat erteilen, Gedichte anhören usw. Ihr erzieherischer Einfluß auf Geist und Gemüt ist nicht geringer, als wenn sie zu diesem Zwecke sich hinsetzen und die Hände in den Schoß legen kann. Und schon früh haben die Kleinen an der Seite der Mutter auch ihre bestimmten Pflichten zu erfüllen.

Modetorheiten kann die tätige Hausfrau nicht nachleben. Es muß ihr genügen, ihre und der Kinder Kleidung stets einfach und nett in Stand halten zu können. Eine einfache Handarbeit zum Ausputz und zum Verdecken von Stoffansätzen muß ihrem Bedürfnis nach Schönheit zu Hilfe kommen und die Kinder sind stolz und glücklich darüber. Wie die Mutter, müssen auch sie Bescheidenheit lernen.

So bilden die vielen häuslichen Pflichten unsere besten Erzieher. Wir können uns nur dann in ein gutes Verhältnis zu ihnen setzen, wenn wir bei der Erfüllung der kleinsten, geringsten Dinge uns ganz ihnen hingeben. So erreichen wir nach und nach eine Fertigkeit, die an sich schon beglückt und die uns zudem die Möglichkeit verleiht, täglich oder wöchentlich kleinere oder größere Freistunden zu erlangen, die wir ganz nach eigenem Ermessen ausfüllen, unsern Lieblingsgedanken und Beschäftigungen widmen dürfen. Diese geschenkte oder eroberte Zeit ist köstlich, ein schöner Lohn neben der Befriedigung, die die wohlerfüllte Pflicht verleiht. Und noch ein Wort: Wenns nicht reicht zu großen Taten und Werken — wir haben beim Haushalten ja auch Bescheidenheit gelernt — so war es wohl nicht nur die Zeit, die mangelte, es fehlten auch die Talente. Sind diese vorhanden, so finden sie immer einen Weg zum Durchbruch. Und — streng genommen — vollbringt die Frau, die Kinder an Leib und Seele wohlausgerüstet ins Leben sendet, nicht auch eine große Tat? H.-E.

□

Jede Arbeit, mag sie noch so niedrig, beliebt oder unbeliebt sein, mag sie Kopf oder Hand in Anspruch nehmen, ist als sittliche Pflicht und Vorbedingung wahren Lebensglücks aufzufassen und in Ehren zu halten.

B. Böhmert.

Zur Behandlung des Kochgeschirrs.

(Nachdruck verboten.)

Zu den im Haushalt nötigen Gegenständen, die unter starker Preiserhöhung leiden, gehört das Kochgeschirr.

Die Hausfrau wird also Geschirr und Behandlung unter dem Gesichtspunkt betrachten, wie es möglichst zu schonen und zu erhalten sei.

Die Haltbarkeit des Emailgeschirrs (resp. des Emails) wird erhöht, wenn das neue Gefäß in einem Bad aus kaltem Wasser, dem reichlich Salz und Essig beigemischt ist, bis zum Kochen erhitzt und im Bad erkalten gelassen wird. Große Gefäße stelle man mit der Wassermischung auf.

Ist ein Stückchen Email abgesprungen, so ist die Ausbesserung der schadhaften Stelle nötig, denn jede defekte Stelle wird am Herdfeuer bald zum Loch. Man bestreiche die Bruchränder mit fettem Öl (nicht Petrol) und verkitte mit in der warmen Hand weichgeknetetem bestem Glaserkitt. Nach sorgfältigem Glätten mittelst breitem Messer und Fingernagel, muß der Topf eine volle Woche an sonnenloser Stelle trocknen. Wird er nun nur zum Wasser- und Suppensieden verwendet, so hält die Reparatur bedeutend länger, als wenn er zum Braten gebraucht wird. Jedenfalls soll er stets langsam erhitzt werden und wenn möglich nicht auf offener Flamme stehen.

Diese, für jedes Geschirr nützliche Vorsichtsmaßregel des langsamen Erhitzens gilt besonders für das emaillierte; ebenso ist bei diesem jeder rasche Wechsel von heiß und kalt zu vermeiden. Man gebe also nicht in einen Topf, um den noch heißen angebrannten Speiserest zu erweichen, kaltes Wasser; die säumige Köchin würde damit zum ersten Schaden den zweiten fügen: den raschen Wechsel von kochend heiß zu kalt vermag das heutige Email nicht zu ertragen, es bekommt feine, kaum sichtbare Sprünge, die bald, besonders wenn während des Kochens mit kaltem Metall herumgestochert oder gerührt wird, defekte Stellen ergeben. Bleibt beim Anrichten ein angesetzter Speiserest im Topf, so gebe man warmes Sodawasser hinein; will man das Aufweichen durch kratzen beschleunigen, so geschehe das sehr vorsichtig mit Holzlöffel.

Auch irdenes Geschirr gewinnt durch das oben beschriebene Bad an Haltbarkeit; diese wird erhöht, wenn man neue Kochtöpfe mit Draht binden und mit einem Boden aus geripptem Blech belegen läßt und es nie der offenen Herd- oder Gasflamme aussetzt.

Geschirr aus Aluminium darf nie in Sodawasser gereinigt werden, da das Aluminium mit Soda eine chemische Verbindung eingeht, die ihm ein häßliches, bläuliches Ansehen gibt. Die Reinigung geschieht durch heißes Wasser und glänzend reiben mit Flanellappen.

Für Nickel-, Blech- und Messinggeschirr gibt es gutes Putzpulver. Die Haltbarkeit all dieser Kochgeschirre aus leichtem Metall wird wesentlich erhöht, wenn sie nicht auf direkter Herd- oder Gasflamme stehen, sondern auf dieser zuerst ein sogen. Asbestteller (mit Metallreif eingefaßtes Asbeststück) zu liegen kommt. Wohl ist die Haltbarkeit dieser Teller begrenzt, aber ihre Verwendung macht sich trotz häufiger Erneuerung durch Ersparnis an Kochgeschirr bezahlt.

Sehr vorteilhaft sind die unzerbrechlichen Schüsseln aus Holzfaserpreßstoff; sie vertragen heißes Wasser, aber nicht kochendes. Sie sind auch zur Aufnahme von Hundefutter zu empfehlen, wozu man nie schadhaftes Email nehmen soll, da Weitersplitterung unvermeidlich ist und ein Emailstückchen im Darm kann einen qualvollen Tod verursachen.

Das Generationen überdauernde Eisenkochgeschirr wäre, trotz hohem Preis, das vorteilhafteste, wenn nicht jede Köchin erführe, daß ein Kalbs- oder Rindsbraten (und gar Geflügel!) in einer irdenen Bratpfanne viel schöner in der Farbe und schmackhafter wird, als

in dem für das Braten so guten Wärmeleiter, den das Eisen bildet. Bei Eisengeschirr achte man darauf, daß es nach dem Abspülen am warmen Herd völlig trockne. Jede Feuchtigkeit — und solche ist in jeder Küche durch Dampfbildung vorhanden — erzeugt hier Rost. Dieser bildet sich bei noch fettigen Pfannen und Töpfen nicht. Rätlich ist, für gesalzene und gezuckerte Speisen gesonderte Pfannen zu benützten und diese nicht jedes Mal abzuspülen. In das Spülwasser für Steingut und Porzellan gebe man öfters aufgelöste Soda. Bei feinem Geschirr ist Sägemehl statt Sand als Putzmittel zu empfehlen. Isa v. d. Lütt.

□

Verhütung von Verletzungen des Trommelfells.

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Das Trommelfell kann verletzt werden und sogar zerreißen durch starken, von außen eindringenden Luftdruck bei Ohrfeigen, Explosionen, Kanonenschüssen und beim Baden, wenn der Körper beim Kopfsprung schief auf die Wasserfläche schlägt. In solchen Fällen wird die im Gehörgang befindliche Luft stark zusammengepreßt und übt allseitig einen bedeutenden Druck aus, den die Fasern des Trommelfells oft nicht aushalten können, sondern zerreißen: das Loch im Trommelfell ist da! Dem Betroffenen macht sich dies bemerkbar durch einen Knall im Ohr und durch das Durchzischen der Luft beim Nasenschneuzen. Häufig sind es nicht ganz normale, sondern weniger widerstandsfähige Trommelfelle, die so leicht einer Verletzung erliegen. Wenn dies nachgewiesen werden kann, etwa durch ein vorhergegangenes Ohrenleiden, so wirkt dies z. B. bei einem Lehrer strafmildernd, der eine verhängnisvolle Ohrfeige verabfolgt hat.

Bei kleineren Rissen der Membran des Trommelfells ist das Hören oft nur wenig erschwert und die Wunde heilt zumeist rasch innerhalb einiger Tage, wenn sie nicht verunreinigt wird, aber der Verletzte muß während dieser Zeit jedes starke Schneuzen, Niesen und Pressen vermeiden, damit die beginnende Verklebung des zerrissenen Trommelfells nicht wieder gesprengt wird. Tritt jedoch nachher sehr starke Schwerhörigkeit ein, so ist dies ein Zeichen, daß die Erschütterung sich auf das innere Ohr übertragen hat. Man hüte sich stets vor jeder Selbstbehandlung etwa durch Ausspritzen des Ohres oder Einträufeln von Öl, Glyzerin u. dergl., wodurch im Innern meist Verunreinigung, Eiterung und sehr schwere Ohrenleiden eintreten.

Ebenso wie plötzliche Luftverdichtung kann auch heftige Luftverdünnung im Gehörgang schädlich auf das Trommelfell wirken, indem dies dadurch nach außen gezogen und verletzt wird. Am häufigsten geschieht das beim stürmischen Küssen auf das Ohr kleiner Kinder, deren noch schwaches Trommelfell diesem Luftdruck schlecht Widerstand leisten kann. Auch das rasche Herausreißen des tief ins Ohr eingeführten Fingers zum Zwecke des Kratzens (beim Jucken) kann ebenso schädlich wirken.

In sehr leichtsinniger Weise geschieht leider häufig eine Durchbohrung des Trommelfells mit spitzen Gegenständen, wie Zahnstochern, Federhaltern, Haarnadeln. Wie oft ist schon eine Bleistiftspitze im Ohr abgebrochen und hat lebensgefährliche Eiterungen verursacht. Väter und Lehrer, die mit solchen Gegenständen im Ohre herumbohren, gefährden nicht nur ihre Gesundheit aufs schwerste, sondern geben auch den Kindern ein sehr schlimmes Beispiel.

Wie vorsichtig man in dieser Hinsicht selbst beim Reinigen der Ohren sein muß, beweist folgender Fall, den Dr. Scheier berichtet. Ein Fräulein hatte sich seit Jahren jeden Morgen nach dem Waschen den Gehörgang dadurch gereinigt, daß sie das gebogene Ende einer Haarnadel in einen Handtuchzipfel

wickelte und damit in das äußere Ohr hineinfuhr. Eines Morgens mußte sie wohl ein mürbe gewordenes Tuch genommen haben, das den Druck der Nadel nicht aushielt, denn diese fuhr plötzlich mit großer Kraft in das Ohr hinein. Im nämlichen Augenblick empfand das Fräulein furchtbares Ohrensausen und bekam einen Ohnmachtsanfall. Die spätere ärztliche Untersuchung ergab dann, daß das Trommelfell durchstoßen und sogar ein kleiner Gehörknöchel, der sogenannte Amboß, abgerissen war. Somit konnte eine vollkommene Hörfähigkeit niemals wieder eintreten.

Die schwersten Verletzungen des Trommelfells werden verursacht durch Entfernungsversuche von Fremdkörpern aus dem Ohr. Haben Kinder sich Steinchen, Perlen, Bohnen oder dergleichen ins Ohr gesteckt, so versuchen die Eltern meist mit allen möglichen Instrumenten, den Fremdkörper zu entfernen. Welche schlimmen Folgen dies haben kann, beweist der von Dr. A. Binnerts berichtete Fall. Ein Vater wollte seinem Kinde mit einer Pinzette einen Fremdkörper aus dem Ohr holen, durchstieß dabei das Trommelfell und gab dadurch Veranlassung, daß das Kind nachher an Gehirnhautentzündung starb.

Haushalt.

Matratzen und Polstermöbel.

Die letzte Nummer bringt den Rat einer Hausfrau, Matratzen und Polstermöbel zum Zwecke des Klopfens mit einem feuchten Leintuch zu bedecken und unter die Möbel nasse Scheuertücher zu legen. Damit soll verhindert werden, daß beim Klopfen Staub aufgewirbelt wird. Mir scheint diese Reinigungsmethode unvollkommen. Wenn man Matratzen und Polstermöbel auf alte Weise klopfen muß, sollte dies möglichst im Freien geschehen, damit die Sachen Luft und Sonne bekommen. Das feuchte Leintuch wird den durch das Klopfen gelockerten Staub verhindern, frei umherzufliegen. Aber irgendwo bleibt dieser Staub doch; zum Teil setzt er sich wieder ins Polster, zum Teil als Schmutz in die feuchte Decke, die nachher wieder gewaschen werden muß. Feuchte Tücher tun den Matratzen auch nicht gut.

Für die Reinigung im Zimmer haben sich heute die elektrischen Staubsauger gut eingebürgert, die man, je nach der Größe des Haushalts, in großen und kleinen Modellen erhält. Diese Art zu putzen, ist nicht nur hygienisch, sie erspart auch der Hausfrau manche Hilfskraft und macht sie unabhängig von Wetter und Zeit. -e-

Das richtige Maß beim Verbrauch von Gelatine zu Sülzen

von Fleisch, Gemüse, Obst usw. bedingt die richtige Steife und den guten Geschmack derselben. Für süße Speisen sind im Winter 10 bis 12 Blatt zu je 10 Gr., im Sommer 12 bis 15 Blatt notwendig. Zu Fleischspeisen, bei denen Knochen in der Brühe mitgekocht sind, im Winter 8 bis 10, im Sommer 10 bis 12 Blatt Gelatine. Der Leimgeschmack ist nie bemerkbar, wenn die Sülze am Tage zuvor bereitet und über Nacht im Keller oder bedeckt auf dem äußeren Fensterbrett aufbewahrt wird.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Tapiokasuppe, *Kalbsohren mit Meerrettig, Reis mit holländ. Sauce, *Eisäpfel.

Montag: †Braune Bohnensuppe mit Gemüse, *Bröselgötze, Quittenmus.

Dienstag: Hafersuppe, †Westfälisches Gericht, Bratkartoffeln.

Mittwoch: Einlaufsuppe, †Netzbraten, Kartoffelstock, Endiviensalat.

Donnerstag: Fidelisuppe, *Koteletten von Bodenkohlraben, Sauerkraut, †Grießauflauf.

Freitag: Wurzelsuppe, †Kutteln a la Lyonnaise, Salzkartoffeln.

Samstag: Erbssuppe, †Kartoffelsterz, Apfelmus.

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

Koch-Rezepte.

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

Braune Bohnensuppe mit Gemüse. Braune Bohnen werden eingeweicht, vorgekocht und in die Kochkiste gestellt. Ein kleiner Kohlkopf, ein Lauchstengel, eine Sellerieknolle und Sellerieblätter, eine Rübe werden in feine Streifen geschnitten, gewaschen und in Salzwasser abgekocht. Die Bohnen werden mit

Fleischbrühe o. Wasser aufgesetzt, zum Kochen gebracht und durchgestrichen. In die Bohnensuppe kommt als Einlage das in Fett weichgedämpfte Gemüse. Man würzt mit Salz und Pfeffer und kann die Suppe noch über geröstete Brotwürfel anrichten.

Kalbsohren mit Meerrettig. Die Kalbsohren kocht man in Salzwasser mit Wurzelzeug, Gewürz und etwas Essig weich, richtet sie auf einer Schüssel an, begießt mit etwas Kochbrühe und bestreut die Ohren dicht mit geriebenem Meerrettig.

Bratwurstresten zu verwenden. Man schält die Würste, schneidet sie in Scheiben, wendet sie in einem Omelettenteig und bäckt sie gelb. Auf diese Art sind sie sehr ergiebig. Man richtet sie hübsch auf eine erwärmte Platte an.

Koteletten von Bodenkohlraben. 1 Kilo Kohlraben, Salz, Pfeffer, kleingeschnittene Zwiebel, Ei, Stoßbrot, Fett zum Braten. Die Kohlraben werden sauber abgebürstet, nachgespült und ganz in Salzwasser gargekocht. Dann abgezogen oder abgeschält, in Scheiben geschnitten mit Salz, Pfeffer und geschnittenen Zwiebeln bestrichen, paniert und in Fett auf beiden Seiten braun gebraten.

Makkaronisalat. Die Makkaroni werden in Salzwasser weichgekocht, abgeseiht, abgeschreckt und erkalten gelassen. Sie sollen nicht zu weich sein. Man vermischt sie nun mit einer guten Mayonnaise und Essig nach Geschmack. Man kann auch Reste von kaltem gehacktem Braten darunter mischen und den Salat mit angemachtem grünem Salat garnieren.

Kartoffeln mit Speckſauce. Ein Stückchen magerer Speck wird in Würfel geschnitten, mit einer feingeschnittenen Zwiebel braun gebraten und roh geschälte, in Scheiben geschnittene Kartoffeln dazu gegeben. Man füllt so viel Fleischbrühe oder Wasser zu, daß die Kartoffeln eben bedeckt sind. Dann werden sie gar gedünstet, mit Salz und ein wenig Pfeffer gewürzt und mit feingeschnittener Petersilie bestreut, aufgetragen.

Bröselgötze. 1⅛ Kilo Kartoffeln, 30 Gr. Mehl, 20 Gr. Salz, 2 Eier, 40 Gr. Fett, 60 Gr. Zucker. Roh geschälte Kartoffeln werden gerieben (das sich sammelnde Wasser nicht abgegossen), Mehl, Eier und Salz dazu gerührt. In einer Bratpfanne wird etwas Fett zerlassen, und von der Masse werden mit einem Eßlöffel Häufchen hineingesetzt, diese mit der Rückseite des Löffels flach gedrückt, auf beiden Seiten braun gebacken, dann sogleich mit Zucker bestreut und möglichst heiß auf den Tisch gebracht. Dörrobst, Heidel- oder Preißelbeeren, Apfelmus u. dgl. passen dazu. „Die Nahrung“.

Eisäpfel. Kleinere Äpfel von gleicher Größe werden geschält und das Kernhaus herausgestochen. Dann kocht man die ganzen Äpfel mit wenig Wasserzugabe, Zucker und etwas Zitrone weich, so daß sie nicht zerfallen. Schalen und Kerngehäuse hat man inzwischen in Zuckerwasser ausgekocht und die Flüssigkeit mit aufgelöster Gelatine (rote sieht hübsch aus!) vermischt (auf 1 Liter Saft 10—12 B latt.) An Stelle des Kernhauses gibt man in jeden Apfel etwas Konfitüre, ordnet sie hübsch auf einer Schüssel und gießt den heißen Saft darüber, der die Äpfel ganz bedecken soll. Die Speise läßt man 1—2 Tage erstarren und serviert sie mit Biskuits.

Reistorte mit Zitronen. Man koche 150 Gr. Reis in Wasser nicht ganz weich. Wenn er erkaltet ist, rühre man 300 Gr. gesiebten Zucker leicht durch und hierauf die fein abgeriebene Schale und den Saft von 4 Zitronen. Dann lege man einen Boden von Blätter- oder Mürbteig auf ein Backblech, bestreue ihn mit Zwieback, fülle den Reis darauf und backe die Torte in mäßiger Hitze, besonders von oben, damit der Reis hell bleibe. Zu größerer Vorsicht kann man ein Papier darüber legen; auch kann man die Torte statt auf dem Blech in einer ganz flachen Form backen.

Pröpper, „Das Obst in der Küche.“

Nach folgendem erprobtem Rezept eingemacht, halten sich die roten **Randen** unverändert durch mehrere Monate. Randen in der Kochkiste weich kochen, abziehen, in dünne Scheiben schneiden und sie erkaltet in einen Steintopf (auch Glas) legen; schichtweise dazwischen etwas Salz, Pfefferkörner, ein Stückchen Lorbeerblatt und, was die Hauptsache ist, 2—3 Scheibchen rohen abgeriebenen Meerettig geben. Als ich diesen letzteren einmal versuchsweise weg ließ, hatte auch ich Schimmelbildung. Nun kocht man Weinessig (auf ein Liter ¼ Liter Wasser) mit beliebig viel oder wenig Zucker, etwa 2—3 Minuten und gießt diesen völlig erkaltet über die Randen, die immer von der Brühe bedeckt sein müssen.

Frau Sch.

Gesundheitspflege.

Der Apfel — ein Nahrungsmittel.

Sorgfältig vorgenommene Untersuchung des Apfels und seiner einzelnen Bestandteile haben ergeben, daß mit Ausnahme des täglichen Brotes kein anderes als Nährmittel kultiviertes Produkt der Erde eine so gute, gesunde und vielseitige Nahrung liefert, als ein guter Apfel. Diese köstliche Frucht ist nicht nur, wie so viele behaupten, ein Genußmittel ohne wesentliche Nährstoffe, sondern sie ist nachgewiesenermaßen sehr nahrhaft; sie enthält mehr und wertvollere Nährstoffe, als z.

B. die Kartoffel, die doch beim Volk als Hauptnahrungsmittel angesehen wird. Außer dem Nährstoff enthalten sie auch milde, angenehme Säuren, die auf den ganzen menschlichen Organismus sehr wohltätig einwirken. Wer fleißig Äpfel ißt, wird daher höchst selten an Verdauungsbeschwerden und daraus entstehenden Krankheiten leiden. Die besonders für junge Leute so wichtige Phosphorsäure enthält der Apfel in genügender Menge; sie stärkt die Verdauung, regt die Tätigkeit des Gehirns, der Leber und des Herzens wohltätig an und wirkt überhaupt belebend und erfrischend auf Körper und Geist. —r.

Krankenpflege.

Da ich höre, daß die karfunkelartigen Geschwüre

einen epidemischen Charakter angenommen haben und in Stadt und Land die Menschen an den verschiedensten Körperteilen belästigen, möchte ich mitteilen, wie ich die schmerzhaften Dinge in kurzer Zeit (acht Tage) zur Reife und Ausheilung brachte. Spürt man ein Zusammenziehen von „Materie“ auf einem Punkt, so rüste man sich folgendermaßen zur Abwehr. Innert wenigen Stunden oder über Nacht schwillt die Stelle zu einem zwetschgengroßen, harten Ballen an. Die Hauptsache ist sterile Behandlung, gleichmäßige Wärme, Diät. Man verschaffe sich sofort Brothefe vom Bäcker und nehme morgens nüchtern einen Theelöffel in warmem Wasser (Kinder die Hälfte), sorge für Verbandwatte, reine leinene Lappen, einen flanellbesteppten Außenverband, Sanikelkraut, Heublumen und Schwefelteerseife. Mit dieser wäscht man öfters warm mit Watte den werdenden Herd, verbindet warm. Reifefördernd sind Auflagen: Heißer Sand oder Hafergrütze-Säckchen. Kann man das Zimmer hüten und jede Stunde einen Sanikel-Absud-Umschlag machen, so reift das Geschwür in drei Tagen. Im Gesicht sind meist Kopfschmerzen damit verbunden; man legt sich am besten ins Bett. Nachts macht man zur Ableitung der Hitze kalte Fußwickel mit Wärmeflasche. Vom ersten Tage an lebt man diät, d. h. ohne Fleisch, Kaffee, Alkohol (Rauchen). Yoghurt, Kefir oder saure Milch, sowie mit Ingwer gewürztes Brot führen leicht ab und nähren genügend neben viel Obst. Alle innere Hitze erzeugenden Speisen werden gemieden. Wer versteht, sich einen Darmeinlauf zu machen, kann auch so die Fieber dämmen und den Körper reinigen. Hat sich viel Eiter gesammelt und geht die Wunde auf, so ist große Vorsicht am Platz. Wer gute Nerven hat, hilft mit ausgeglühter Nadel etwas nach, daß die Stelle offen bleibt, drückt sie nach jedem Umschlag mit Wattebäuschchen aus und bedient sich einer sterilen Pinzette. Wer aber das Gruseln kriegt, nicht steriles Material hat oder sonst von Wundbehandlung nichts versteht, erträgt besser den Schmerz der immer kompakter werdenden „Materie“ und holt den Arzt zum Aufschneiden, was indes leichter zu Narben führt. Die offene Wunde wird vor jeder (jetzt Heublumen) Kompresse mit einem kleinen, ganz reinen Leinwandviereck bedeckt, damit die Kompresse selbst nicht stets ausgekocht werden muß. Immerhin muß solche täglich einmal ausgekocht werden. Sobald ein tiefer, roter Krater und saubere Wundränder den Schluß des Prozesses ankünden, fährt man mit Heublumen-Kompressen zur Erweichung der Geschwulst fort (Heublumen-Dämpfe dürfen vor der Öffnung gemacht werden). Am zweiten Tag macht man nur noch Heißwasser-Kompressen, bis die geschwollenen Ränder sich ebnen und die kleine Rötung oder Narbe mit Borsalbe oder Vaseline beseitigt werden kann. -r-

Kinderpflege und -Erziehung.

Die erwachende Seele des Säuglings

pflegt sich in verschiedener Weise zu äußern und sollte von jeder Mutter sorgsam beobachtet werden, um das Kind danach zu warten und erziehen zu können. So ist z. B. das Abwenden des Kopfes beim Darreichen der Brust oder Flasche, herabgezogener Mundwinkel, Zukneifen der Augen und plötzliches Schreien als Unlustgefühl aufzufassen. Dabei unterscheidet sich der Schrei beim Hungergefühl des Kindes ganz wesentlich von jenem, den der Schmerz erzeugt. Will das Kind Hunger anzeigen, so schreit es kurz, kneift die Augen zu und spitzt den Mund bei Annäherung der Mutter oder des Saugers. Hat es Schmerzen, so schreit es langanhaltend mit ziemlich hoher Stimme und bleibt der Brust und Flasche gegenüber unempfindlich. Glänzende, weitoffene Augen bei zappelnden Bewegungen zeigen Lustgefühl des Kindes an. In der 14. Woche spürt es die Annehmlichkeiten des Aufbindens seiner Packung, die Annäherung der Mutter, die Wohltat des Trockenlegens, den wohltätigen Einfluß des Badens usw.; in der 20.—24. Woche vermag es schon dargereichte Gegenstände zu ergreifen, Papier zu zerreißen, mit Kinderklappern zu spielen usw. In der 24. Woche stellt sich das wirkliche Lachen ein, alle ähnlichen Muskelbewegungen des Gesichtes vor dieser Zeit beruhen auf einer Täuschung der Mutter. Mit 44 Wochen vermag das Kind schon in die Händchen zu klatschen und auf Wunsch diese und jene niedliche Bewegung zum Entzücken der jungen Mutter, sowie der ganzen Verwandtschaft auszuführen — leider, möchte ich sagen, denn allzufrüh dem Kinde allerlei überflüssige „Mätzchen“ beizu-

bringen, rate ich entschieden ab, der Säugling soll sich ohne jeden Zwang ganz nach seiner Naturanlage entwickeln dürfen. Dr. Sch.

Gartenbau und Blumenkultur.

Um frühblühende Hyazinthen zu erzielen,

pflanze man sie jetzt in Töpfe. Wichtig ist es, in diese eine Lage Scherben zu legen und dann erst die Erde, eine Mischung von Torfmull und Sand oder einer recht nahrhaften Gartenerde, die man durch Sieben von allen Wurzeln befreit, und mit Holzkohlenstaub und Sand durchmengt hat, einzufüllen.

Die Zwiebeln legt man so in die 15 Cm. hohen Töpfe, daß sie noch etwas mit Erde bedeckt sind und über dieser ein wenigstens fingerbreiter Gießrand bleibt. In dunkle Kellerecken gestellt, entwickeln sich nun bei mäßiger Feuchtigkeit genügend Wurzeln, um die Töpfe nach 6—7 Wochen in die Zimmer, an die Fenster stellen zu können. Das gute Gedeihen und die kräftige Entwicklung der Blüten hängt viel von der zweckmäßigen Behandlung der Zwiebeln ab. So dürfen die Räume anfangs nur kühl sein, da jede Wärme den Trieb zu sehr beschleunigt. Dann vermeide man sorgsam, beim Gießen die Zwiebel selbst zu befeuchten, da sie sonst leicht in Fäulnis übergeht. Am besten gedeiht sie, wenn man rings um den Topfrand kleine tiefe Rinnen zieht, in die man das Gießwasser laufen läßt, das niemals ganz kalt, sondern stubenwarm sein muß. Bedecken mit Tüten hält die zu frühzeitige Entwicklung zurück. Es sei noch erwähnt, daß die gefüllten Arten schwerer zu treiben sind, als die einfache.

A. N.

Tierzucht.

Zur Gänsezucht.

Die Fütterung der Gans geschieht im Sommer durch Weidegang an Fluß- und Bachläufen, wo die Gänse Gelegenheit finden, den größten Teil ihrer Nahrung durch junges Wiesengras und durch die im Wasser vorhandenen Wasserpflanzen und Insekten und dergleichen zu decken. Die Beifütterung besteht dann in Körnerfutter, Hafer, Gerste, Mais und geringem Weizen. Körnerfutter wird abends gegeben, damit die Gänse sich an den Stall gewöhnen und täglich dahin zurückkehren, während sie tagsüber sich ausschließlich auf der Weide aufhalten. Im Winter füttert man mit kleingeschnittenen Rüben, gekochten Kartoffeln mit Kleie untermengt, zerkleinerten Krautstrünken, gebrühter Kleie, Häcksel und etwas Körnerfutter. Mineralische Stoffe, z. B. scharfer Sand, zerstoßene Eierschalen, kleine Mengen phosphorsaurer Kalk und alter Kalkmörtel dürfen nicht fehlen, auch ist stets für genügend Trinkwasser zu sorgen.

Frage-Ecke.

Antworten.

81. Gute **Abhärtung** treibt man im Sommer mit warmer Luft und kaltem Wasser, im Winter mit kalter Luft und warmem Wasser. Im Winter also mit fleißigen Spaziergängen und warmen Bädern, während man im Sommer Luft- und Sonnenbäder macht und kalte Seebäder nimmt. er.

82. Aus Erfahrung ist folgende Mischung von **Kochfett** für empfindlichen Magen am zuträglichsten: 1 Liter Arachid (Erdnußöl à Fr. 4. 50), 1 Kilo süße Butter, zwei Tafeln Kokosfett à 500 Gr. Letztere zwei Arten getrennt ausgesotten und dann mit dem Öl vermischt, ergibt ein an Qualität der Naturbutter gleichkommendes Fett zum kochen, braten und backen. E.

Fragen.

83. Man sagte mir, man könne dem **Anstrich** für Verkaufsläden, wo die Waren leicht Fliegen anziehen, eine Masse beifügen, die diese unangenehmen und gefährlichen Insekten für immer vom Raume fern hält. In Österreich wird es in Milchgeschäften angewendet. Weiß eine Abonnentin, um welches Mittel es sich handelt? Cl. O.

84. Wie lassen sich von Wasser verursachte helle **Flecken** in dunkelm Inlaid entfernen, die trotz fleißigem Wichsen nicht nachdunkeln wollen? Für Auskunft wäre sehr dankbar

Besorgte Mieterin.

85. Welches Buch gibt Anleitung zur **Selbstverfertigung** von Herrenkleidern und Mänteln oder wo sind passende Muster erhältlich? Junge Hausfrau.

86. Wo kann ich defekte, aber reine **Herrenwäsche,** reinwollen Jäger oder dito maschinengestrickt, zu Flickzwecken bekommen? Wiederholte Inserate und Anfragen bei Trikotfabriken waren erfolglos. Hausfrau Biene.

87. Wie wird eine **Steppdecke** mit Trikotbezug gewaschen, daß sie weich bleibt? Für guten Rat im voraus besten Dank. N.

88. Kann der **Yoghurtpilz** bei Nichtgebrauch für längere Zeit aufgehoben werden und wie? Ich gebe davon auch gratis ab gegen Portovergütung. Adresse bei der Red.

89. An allen Orten schießen die „Strumpfkliniken“ wie Pilze aus dem Boden. Gibt es vielleicht auch **Handschuh-„Kliniken“?** Diese wären gewiß auch zeitgemäß. Leserin.