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

Band: 28 (1921)

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 ::

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. 17. XXVIII. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 27. August 1921.

Wie eine große, weite Wetterwolke,
Voll Kraft und Herrlichkeit und voller Segen,
Ruht immernah die Gottheit über dir,
Und in dein feingewebtes Zauberbild
— Dem kein Geflecht der Blumen sich
vergleicht —
Fließt fort und immerfort die Himmelskraft,
Dich immerschaffend, selig in dich nieder,
Wie Ströme voller Wohlgeruch in Blumen,
Daß sie betäubt stehn, und betäubend duften!
Und so vergiß auch du nicht, reich zu duften:
So rein zu denken und so still zu lieben,
Still — wie die Wetterwolke, die dich füllt!

Leopold Schefer.

□

Zur Braut-Ausstattung.

Von H.-E.

(Nachdruck verboten.)

1. Das Wohnzimmer.

Glücklich verlobt — auf der Brücke, die hinüberführt ins reifende Frauenleben! Drüben steht der Garten, in den zwei Seelen verpflanzt werden. Mit Begeisterung und Liebe geht die Braut daran, dieses Stückchen Erde so auszustatten, daß es sich darin wohl sein läßt. Je mehr sie sich aber in diese Aufgabe vertieft, umso schwieriger erscheint ihr die Ausführung. Im Äußern der Einrichtung schon zeigt sich der Charakter der jungen Frau. Ein Zug desselben würde vor allem unangenehm berühren: die Eitelkeit, die in erster Linie darauf hält, äußerlich nicht hinter Bekannten oder Freundinnen zurückzustehen, sie an Prunk eher noch zu überbieten. Manche an sich berechtigte Wünsche müssen zurücktreten, um den Haushalt in seinem Äußern den zukünftigen Bedürfnissen anzupassen und um die Mittel in Einklang zu bringen mit den bestehenden Verhältnissen.

Das Wohnzimmer ist der Raum, darin die Familie sich aufhält zur Arbeit, zur Erholung, zu den Mahlzeiten, und wo Gäste sich einfinden. Drei, vier gesonderte Räume ließen sich einzeln für diese Bedürfnisse einrichten. Ein „Salon" oder „gute Stube" mit Polstermöbeln, schweren Gardinen und allerlei augenfälligen Kostbarkeiten, der Höchstbegriff eines „vornehmen" Hauswesens, sorglich behütet und nur den seltenen Besuchern zugänglich — ein Herrenzimmer mit Klubsesseln, schwerem Schreibtisch, Bücherschrank und Rauchtisch, der besondere Stolz der reichen Bauerntochter, die einen städtischen Beamten heiratet und in diesem Herrenzimmer ein imponierendes Gegenstück zur Sonntagsstube ihres elterlichen Hauses erblickt — ein Eßzimmer mit reichgeschnitztem Büffet und allerlei glänzenden Thee- und andern Prunkgeräten darauf, die nicht ohne Mühe in Stand gehalten werden. Doch die Tausende von Franken, die diese Anschaffungen erfordern, und die in Aussicht stehende Vier- oder Fünfzimmer-Mietwohnung?! Würde nicht besser an Stelle des Salons oder Herrenzimmers ein Gastzimmer eingerichtet, das man

später vielleicht als Kinder-Schlafzimmer benutzen könnte? Wenn daneben noch ein bescheidener Raum bleibt als Arbeitszimmer für die Hausfrau, so ist das sehr angenehm für sie und kein Überfluß, denn später werden vielleicht einmal die Kinder unbehindert auch darin spielen können.

Und nun die Universalstube, wie soll sie ausgestattet sein, daß sie auch den täglichen Aufenthalt bei den Mahlzeiten ertragen kann? Ein währschafter Tisch gehört hinein mit festen Füßen und einer dicken Platte, die nicht einmal poliert zu sein braucht. Sie leidet dann viel weniger beim Zuschneiden, Bügeln und dergleichen, und zum Essen und in der Zwischenzeit kommt eine Decke darauf und ein Blumenstrauß. Wenn die Platte sich durch Ausziehen vergrößern läßt, ist das sehr vorteilhaft beim Anwachsen der Familie und bei Besuchen. Die Stühle sollen eine bequeme, solide Form aufweisen. Gepolsterte Ledersitze und Lederrücklehnen sind ebenso schön wie angenehm im Gebrauch — wenn die Mittel aber nicht zu echtem Leder reichen, dann lieber Rohrgeflecht oder Holz.

Ein Büffet ist wünschenswert, nicht als Prunkmöbel, sondern als praktischer, viel fassender Behälter für Geschirr und Tischwäsche; es dient viel besser als ein zierliches Vertikow. Zwei Auszüge über den Schubladen ersetzen einen Serviertisch. Reiche Schnitzereien sind nicht empfehlenswert für ein viel benutztes Zimmer; auch soll dieses Möbel nicht zu groß und zu schwer sein, wenn es nicht für Lebenslänge seinen bestimmten Platz zugewiesen erhält. Wohnungsnot und Wohnungsteuerung müssen auch da, wie bei der übrigen Ausstattung, mit erwogen werden.

Unumgänglich nötig scheint das Sofa oder der Divan, die bequeme, zum Ruhen einladende Sitzgelegenheit. Der vor Jahren beliebte schwerfällige Umbau scheint glücklicherweise zu verschwinden; auch findet man wieder Geschmack an gefällig gemusterten, einem starken Gebrauch besser als Plüsch dienenden Moquette- und andern Wollstoffen. Der Aufbau soll ein leichtes Abheben der Rücken- und Seitenteile ermöglichen zur gründlichen Reinigung und zum leichtern Transport beim Umzug. Bei beschränkten Wohnungsverhältnissen sind die sog. Schlafdivans empfehlenswert. Leicht täuscht beim Einkauf ein schöner Überzug über die schlechte Qualität des Polstermaterials und der Polsterer-Arbeit hinweg. An Stelle des Roßhaars ist schon Seegras, Holzwolle und allerlei wertloses Füllmaterial zum Vorschein gekommen. Marktschreierischen Angeboten ist bei diesem Ausstattungsstück ganz besonders zu mißtrauen; ein als reell bekannter Berufsmann verdient den Vorzug, auch wenn seine Preise höher stehen.

Ein Bücherschrank mit gut gewähltem Inhalt steht dem Wohnzimmer wohl an; an seiner Stelle können auch solide Etageren, größere durch Vorhänge abgeschlossen, dienen. Sie stehen im Preise weniger hoch, schützen aber die Bücher weniger gut vor Staub. Auch ein Klavier oder ein anderes Musikmöbel hat seine Berechtigung im Wohnzimmer, wenn es zur Hebung des Familienlebens und nicht etwa nur zum Prunke dient. In dieser Umgebung braucht sich die Nähmaschine nicht zu verstecken. Die versenkbare Maschine, die bei Nichtgebrauch einem Tisch oder Schränkchen ähnlich sieht, kostet so viel mehr, daß man dafür leicht ein anderes Möbel oder Gerät anschaffen kann.

Die Wohnräume werden noch heimeliger gestaltet durch Blumenständer, Arbeitstischchen, bequeme Polster- oder Rohrstühle; doch in erster Linie muß die Sorge den nötigen Möbelstücken gelten. Nußbaum- und Eichenmöbel machen auch in der einfachsten Ausführung immer Freude und erhalten sich gut. Ein altes Familienerbstück aus diesem Material, neu aufgefrischt, steht dem jungen Haushalt wohl an, besonders wenn die neuen Möbel sich ihm

anzupassen suchen. In welcher Holzart aber die Ausstattung gewählt werde, immer soll sie echt sein, nicht Tannenholz den Anstrich von Nußbaum oder Eiche erhalten, und lieber weniger Stücke, dafür solide, in guter Ausführung. Auch der Wandschmuck beschränke sich auf Weniges aber Gutes, das uns etwas zu sagen weiß und — das Bild ist wichtiger als der Rahmen.

Die Wanduhr ist kein Prunkstück; das deutliche Zifferblatt und ein exaktes Gangwerk sind die Hauptsache daran. Die viertelstündlichen sogen. Kirchenglockentöne ermüden auf die Dauer.

Auch die Gardinen sollen weder gegen innen noch gegen außen prahlen. In einfacher, solider Art aus hellem, von wenig Einsätzen durchbrochenem Leinenstoff bilden sie eine hübsche Umrahmung der Fenster, die zurückgezogen tagsüber reichlich Licht und Sonne ins Zimmer läßt, nachts durch Zuziehen uns von der Außenwelt abschließt. Leichte, den untern Fensterflügeln anliegende Scheibenverkleidungen sind zweckdienlich in eng bewohnten Quartieren.

Das Wohnzimmer muß nicht von Anfang an alles Wünschenswerte enthalten. Wenn es vorerst etwas kalt anmutet, so wird die junge Frau nicht ruhen, durch eigene Arbeit ihm Seele und Wärme zu geben. Ebenso hübsche als praktische Kissen an und auf Stühlen und Sofa, freundliche, waschbare Decken auf Tisch und Buffet, zierliche Verkleidungen der einfachen Leuchtkörper und da und dort frische Blumen oder grüne Pflanzen vermögen das Ganze angenehm zu beleben. Und dem Ehemann, den Eltern und Freundinnen macht es Freude, der jungen Frau an ihren Festtagen einen Wunsch zur Ausschmückung ihres Heims zu erfüllen. Diese Gegenstände alle tragen einen Hauch von Liebe ins Heim, viel mehr, als wenn sie gleich zusammen mit den Möbeln erstanden worden wären.

□

Saure Gurken.

(Nachdruck verboten.)

Eine köstliche Frucht, diese Gurke, wenn sie in aller Morgenfrühe gepflückt, Mittags als herrliche Beigabe zu Kartoffeln in der Schale und Braten auf den Tisch kommt. Nur klagen so viele: mir bekommt der Gurkensalat nicht! Alle, die ich das sagen hörte, versicherten mir, sie bereiteten den Salat mindestens eine Stunde vor dem Essen, damit der sich sammelnde Saft gut abgegossen werden könne! Ich selbst habe nie Beschwerden verspürt; vielleicht versuchen diejenigen, die den Salat lieben, ihn aber nicht gut vertragen, einmal die folgende Zubereitung: Die frischgepflückte Gurke wird kurz vor dem Essen, immer nach dem Stiele zu, geschält, in feine Scheiben geschnitten und mit saurem Rahm vermengt. Wenn ich keinen solchen oder nicht genügend vorrätig habe, nehme ich Milch und vermenge sie mit dem Safte einer halben Zitrone. Dieser macht die Milch angenehm säuerlich. So zubereitet schmeckt der Salat viel feiner und ist bekömmlicher, als wenn er mit Essig und Öl angemacht wird.

Im Spätsommer sorgt die Hausfrau, daß ihr auch im Winter die hochgeschätzte Zuspeise nicht fehlt. Nur schön grüne, harte, absolut fleckenlose, höchstens 7 Zentimeter lange und 2 Zentimeter dicke Früchte sollten Verwendung finden; alle welken oder weichen, auch die ganz dunkelgrünen und diejenigen, die aus dem Salze herausgenommen, nicht trocken und hart werden, sollten ausgeschieden werden; dann ist das Gelingen gesichert.

Pflückt man die Früchte selbst, so nimmt man die Arbeit am frühen Morgen vor, wenn sie noch durch die Blätter vor Sonne und Tau geschützt sind. Dann arbeite man gleich weiter, denn die Gurken verlieren sehr schnell ihre Frische. Stiel- und Blattreste müssen entfernt werden; dann befreit man sie vom Staub und dem weißlichen

Reif mit einer kleinen, nicht zu harten Bürste, bis die Schale glänzend wird. Eine Porzellan- oder eine Tonschüssel bedeckt man nun 3 bis 4 Millimeter dick mit Salz, bringt eine Lage Gurken darauf, bestreut diese dicht mit Salz, und schichtet abwechselnd Salz und Gurken in den Topf, bis der Vorrat erschöpft ist. In eine ganz kühle Speisekammer oder in den Keller gestellt, löst sich das Salz bald auf. Nach 24 Stunden werden die etwas blasser gewordenen Früchte aus der Lake genommen und auf ein Sieb zum Abtropfen gelegt.

Währenddem bereitet man ein Gemisch von Wasser und Weinessig und spült darin jede Gurke von der Lake rein, damit der später aufzufüllende Weinessig klar bleibt.

Nachdem sie wieder abgetropft sind, legt man die Gurken in das Einmachglas und schichtet sie recht sorgfältig, von Zeit zu Zeit ein paar geschälte Perlzwiebeln dazwischenlegend; zwei Estragonzweige, zwei Pfefferschoten kommen in die Mitte, obenauf legt man ein Dutzend weiße Pfefferkörner. Das Glas wird bis auf 4 Zentimeter gefüllt, dann guter kalter Weinessig darüber gegossen und das Glas mit einem in siedendem Wasser einige Minuten lang gebrühten Kork verschlossen. Damit der Verschluß ein dichter sei und die Gurken nicht von dem Kork einen unangenehmen Geschmack annehmen, kann man ein Stück reine Leinwand zwischen Kork und Glas bringen. Das Ganze wird noch mit Pergamentpapier umhüllt und mit Bindfaden gut zugebunden.

Sehr beliebt sind auch Senfgurken. Zu diesen verwendet man große Gurken, die man geschält in längliche Streifen schneidet, in Weinessig aufkochen läßt und sie dann mit ziemlich viel Senfkörnern und einigen Pfefferkörnern in Gläser schichtet und gut verbindet. H.

□

Haushalt.

Beim Transport von Proviant für Ausflüge

werden oft Nahrungsmittel infolge ungeschickter Verpackung ungenießbar. Bei größeren Landpartien wird in der Regel der Rucksack benutzt und sein Inhalt zweckmäßig verpackt. Handelt es sich nur um Mitnahme kleinerer Vorräte, vielleicht in Damengesellschaft, die zur Schonung der Kleider in einem Pompadour oder in einer Handtasche transportiert werden sollen, so empfiehlt sich folgende Verpackung:

Eine große, reine Serviette wird ausgebreitet, darauf ein sauberes, in kaltem Wasser gut ausgewundenes Tuch in doppelter Lage gelegt, über welches ein Stück Pergamentpapier in langen Streifen gebreitet wird. Auf dieses werden nun die belegten Schwarz- und Weißbrote nacheinander in der Weise geordnet, daß zunächst eines davon aufgelegt und einmal in Papier eingeschlagen wird, so daß immer der Papierstreifen in voller Breite der Semmeln oder Brote diese von einander trennt. Jedes behält dabei seine Form, seinen Inhalt und seinen Geschmack. Nun wird diese Brotrolle zunächst mit dem feuchten Tuch, dann mit dem reinen eingehüllt, in einem großen Pompadour oder in der Handtasche untergebracht. Der Inhalt schmeckt selbst nach halbtägiger Wanderung wie frisch zubereitet.

J. L.

Frische Felle

von Kaninchen und anderen Tieren behandelt man mit Erfolg, indem man 10 Teile Weizenmehl, 3 Teile Kochsalz, 8 Teile Alaun in Wasser zu Brei vermengt und auf die Fleischseite aufträgt. Hat man mehrere Felle, so schichtet man sie Aasseite gegen Aasseite auf und läßt sie 24—30 Stunden in einem Bottich liegen. Damit sie nicht austrocknen, wird das Gefäß mit einem Tuch gedeckt. Nun werden die Felle getrocknet, gestreckt und mit Bimsstein und Kreide abgerieben, damit die Innenfläche weiß wird. Nach dem Ausbürsten ist das Fell fertig. —e—

Gelb gewordene Wäsche zu bleichen.

Man gibt in das Blauwasser oder in die Stärke eine Mischung von drei Teilen starkem Spiritus und einem Teil Terpentinöl. Auf 1 Eimer Wasser nimmt man 2 Eßlöffel voll von der Mischung. Selbst wenn man auf dem Estrich trocknet, wird das Zeug weißer als mit Chlorbleiche. Das Mittel ist unschädlich.

Tinten- wie Rostflecken

aus Stoffen, Weißzeug löst eine Mischung von Zitronensaft und Kochsalz auf.

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.

Kartoffelsuppe mit Brot.

1 Kilo Kartoffeln werden roh geschält und in Stücke geschnitten, dann mit Zusatz von 4 Liter Wasser und dem nötigen Salz weichgekocht. Es empfiehlt sich, dann die Kartoffeln noch etwas zu zerstoßen. Inzwischen schneidet man feine Brotschnittchen, röstet diese in Butter, gibt sie einen Moment in die Kartoffelsuppe und nachdem alles nochmals aufgekocht, richtet man sie an, würzt mit Pfeffer und Muskatnuß und übergießt sie mit gerösteten Zwiebeln.

Kraut mit Speck.

Zwei kleine Köpfe Weißkraut werden gereinigt, in Viertel geteilt und gewässert. Eine Kasserole legt man mit einigen Scheiben durchzogenem Speck aus, gibt das Kraut darauf, sowie ein Bündelchen Petersilie, etwas Muskatnuß, eine Prise Pfeffer, gießt 1/2 Liter Wasser oder Fleischbrühe zu und läßt langsam weichdünsten. Beim Anrichten wird das Kraut mit dem Speck garniert, die Sauce noch etwas eingedickt und darüber gegossen. Man kann nach Belieben auch einige geschälte Kartoffeln mitkochen und hat dann eine vollständige Mahlzeit.

Portugiesischer Salat.

Gesottenes Rindfleisch wird kalt in dünne Tranchen geschnitten und zwischen jede derselben einige Tomatenscheiben gelegt; darüber streut man geschnittene Zwiebeln und Kapern und übergießt das Gericht mit einer pikanten Salatsauce. Eine rasch zubereitete, dazu appetitanregende und hübsch aussehende Platte.

Tomaten mit Reis, Polenta oder Maccaroni.

In eine tiefe, feuerfeste, mit Butter bestrichene Platte legt man eine dreifache Lage von Tomatenschnitten, bestreut diese mit Pfeffer und gehacktem Küchengrün, gibt dann eine Lage übriggebliebenen nicht zu weich gekochten Reis mit Käse darauf, dann wieder Tomaten, Reis und oben Tomaten, auf welche man Grünes und geriebenes Brot streut. Zuletzt gießt man etwa drei Eßlöffel voll sauren oder süßen Rahm darauf und etwas Butter und bäckt dies zuweilen zugedeckt bei ziemlicher Hitze. Statt Reis können auch nicht zu weichgekochte kalte Maccaroni mit Käse, oder kalte Polentaschnitten mit Käse eingelegt werden.

„Gemüseküche".

Knöpfli mit Birnen.

Feine Birnen werden zerschnitten und mit etwas frischer Butter und Zucker braun gedünstet. Sie dürfen nicht verkochen, die Stückchen müssen ganz bleiben. Dann werden sie mit übriggebliebenen Knöpfli, die nicht mit Käse abgeschmelzt waren, vermischt, und alles zusammen nochmals in der Pfanne mit Butter geröstet und heiß serviert. „Bruschga".

Braune Kohlraben.

Man schneidet die Kohlraben in fingerdicke Würfel. 60 Gr. feiner Zucker wird mit etwas Wasser gelb geröstet; hierzu gibt man 2 Löffel Butter, sowie das Gemüse, läßt dieses darin dämpfen, stäubt einen Kochlöffel voll Mehl darüber, füllt mit Wasser nach, gibt Salz und etwas Muskatnuß hinzu und läßt die Sauce kurz und sämig einkochen.

Heidelbeernocken.

Man nimmt 2 Liter Heidelbeeren in eine Schüssel, schlägt zwei Eier daran und gibt 250 Gr. Mehl dazu. Dies alles rührt man zu einem Teig in der Dicke eines Knöpfliteiges und legt davon einen Eßlöffel voll nach dem andern in eine flache Eisenpfanne, worin man Fett hat heiß werden lassen. Nun bäckt man die Nocken auf beiden Seiten hellgelb und läßt sie dann zugedeckt noch 10 Minuten weiter dünsten, worauf man sie in eine Platte schichtet und jede Lage mit Zucker bestreut. Sie können warm und kalt gegessen werden.

Gebackene Zwetschgenspeise.

Man richtet eine mit Butter ausgestrichene Form her; in einem Teller hält man geriebenen Zwieback bereit, in einem andern gestoßenen Zucker; dazu eine Schüssel voll ausgesteinte frische Zwetschgen. Nun wird der Boden der Form dicht mit Zwetschgen belegt, Zwieback und Zucker darüber gestreut, Butterstückchen oben darauf gelegt, dann wieder Zwetschgen u. s. f., bis die Form voll ist. Man deckt mit Zwetschgen, Zucker und Butter und bäckt die Speise im Ofen weich und saftig.

„Veget. Küche".

Eingemachte Früchte.

Pflaumenkonfitüre mit Blutpfirsichen.

Man bringe 1 Kilo schöne, recht reife geschälte Pflaumen und 1 Kilo geschälte Blutpfirsiche, beide entsteint, mit 1 Kilo feinem Zucker aufs Feuer, rühre fleißig und koche das Ganze zu einer dicken Marmelade, welche vorzüglich ist. Wer Gewürz liebt, kann Zimt und Gewürznelken beifügen.

Zwetschgen-Gelee.

Man übergieße die Zwetschgen mit kochendem Wasser, schäle und entsteine sie und stelle

sie in einem Topf solange in kochendes Wasser, bis genug kochender Saft entstanden ist. Auf 500 Gr. Saft läutere man 300 Gr. Zucker, gebe den Saft dazu und koche unter fleißigem Abschäumen zu Gelee.

Preißelbeer-Gelee.

Man koche recht reife Preißelbeeren weich, gebe sie durch ein Tuch, bringe den erkalteten Saft mit 1/2 Kilo Zucker auf 1 Liter Saft zum Feuer und lasse bei fortwährendem Abschäumen etwa 15 Minuten kochen. Dann richte die Masse an, nimm den Schaum, der sich noch bilden wird, weg und fülle sie in die erwärmten Gläser. Man lasse aber nicht länger als nötig kochen, weil das Gelee sonst die schöne Farbe verliert.

„Das Einmachen der Früchte."

Traubenkonfitüre.

Auf ein Pfund recht reife, schwarze Trauben rechnet man nur 125 Gr. Zucker; den letzteren kocht man, bis er Fäden zieht, gibt die Trauben dazu, kocht alles zusammen langsam etwa 1/2 Stunde und nimmt stets die Kerne oben ab. Wenn sich die Beeren senken, läßt man die Marmelade etwas abkühlen, gibt sie durch zwei Siebe (ein gröberes und ein feineres) und füllt sie erkaltet in Gläser.

„Veget. Küche".

Zwetschgen à l'aigre-doux.

Schöne, noch etwas feste Früchte werden abgerieben und einigemal gestochen. Auf 1 Kilo Zwetschgen rechnet man 1/2 Kilo Zucker, 2 Deziliter Essig, 2 Deziliter Wein, kocht Zucker, Essig, Wein, 3 Nelken und 5 Gr. Zimtrinde. Wenn der Zucker flüssig ist, gibt man so viel Zwetschgen in die Pfanne, als nebeneinander Platz haben, und kocht sie, bis sie spalten wollen; dann zieht man sie in eine Schüssel heraus, gießt, wenn alle gekocht sind, den Essig darüber und läßt sie so bis zum andern Tag stehen. Dann wird der Essig abgegossen, genügend eingekocht und abgekühlt über die in Einmachgefäße geordneten Zwetschgen gegossen. Gewöhnlich schrumpfen die Früchte etwas zusammen.

Gesundheitspflege.

Herz- und Gehirnarbeit hängen von der Hauttätigkeit ab.

Wir haben in unserem Körper eine bestimmte Menge Blut, wenn an einer Stelle weniger ist, so muß anderswo desto mehr sein. Die Haut kann einen großen Teil der Blutmenge fassen, wenn sich ihre Gefäße öffnen, und in diesem Falle muß im Innern des Körpers weniger sein; wenn aber die Haut schlecht durchblutet ist, dann staut sich das Blut nach dem Körperinnern, es liegt zu viel davon auf dem Herzen und im Gehirn, und das ist gewöhnlich der Fall bei Leuten, die sich wenig bewegen und dick kleiden. Da darf man sich nicht wundern, wenn man Blutandrang zum Kopfe hat und die geistige Arbeit erschwert ist.

Wie das Wohlbefinden des Herzens von der Haut abhängig ist, zeigen uns täglich tausende von Beispielen; hast du nie beobachtet, wie der angestrengt körperlich Arbeitende das Hemd auf der Brust öffnet oder es ganz ablegt? es ist ihm leichter dabei, sein Herz ist weniger angestrengt; wenn eine große Blutmasse auf das Herz drückt, kann es nicht so gut pumpen; darum ist es gut, das Blut nach der Haut zu ziehen. Die Luftbäder tun das und darum sind Luftbäder bei allerlei Herzleiden am Platze; nervöse Herzfehler können durch eine systematische Luftbadekur ganz geheilt werden, bei wirklichen Herzfehlern gewähren Luftbäder eine große Erleichterung und wer ein gesundes Herz hat, sollte es vor Überanstrengung schützen, dadurch, daß er seine Haut gesund und arbeitsfähig erhält.

Dr. L.

Der Huflattich.

Wer kennt nicht das fast an allen Straßenrändern wachsende, unregelmäßig gezackte, in den Bergen bis zu Schirmdachgröße gedeihende Blatt des Huflattich, das oben saftig grün, unten wie von Spinnwebfäden überzogen, weißlich-grau aussieht? Viele betrachten es als lästiges Unkraut oder gestehen ihm nur eine heilende Wirkung als Zusatz zum sogen. Brustthee zu. Es leistet aber noch bessere Dienste.

Bei Verwundungen auf Wanderungen, wo oft andere Mittel fehlen, legen wir die grüne Seite eines großen Blattes auf die zerrissene Haut und der Schmerz wird augenblicklich gelindert, das Blatt reinigt die Wunde selbsttätig und heilt sie ohne Schorf, wenn man es erneuert, sobald es verbraucht ist, und nicht ungeduldig fortwirft, wenn der Schmerz aufgehört hat.

Wenn mit der steigenden Sonne die Mücken und andere Insekten ihre kleinere und größere Geschwulsten verursachenden Stiche versetzen, gibt es wiederum kein schneller wirkendes Mittel, als das Huflattichblatt auf die Stichwunde gelegt. Die Stelle schwillt bald ab und wer sich die Mühe nicht reuen läßt, über Nacht noch ein Blatt aufzulegen, spürt von dem Stich andern Tags kaum mehr etwas. Auch wund gelaufene Stellen an den Füßen belegt man mit Erfolg mit Huflattichblättern.

Sie wirken auch lindernd und Schlaf fördernd bei Kopfweh, wenn solches von Blutzudrang herrührt. Man gehe also nicht achtlos an dieser unscheinbaren Pflanze vorüber.

E. A.

Krankenpflege.

Bei Erkrankungen in der Familie

pflegt sich fast automatisch das ganze Leben derselben durch die Rücksichtnahme auf den Patienten in andere Bahnen zu drängen. Jeder einzelne nimmt willig kleine Opfer auf sich, in der Hoffnung, zur baldigen Genesung des Erkrankten beizutragen. Das Wichtigste aber: das Krankenzimmer für seinen Ausnahmezustand einzurichten, wird vielfach aus völliger Unkenntnis der Wechselwirkung zwischen diesem Raum und dem Befinden des Patienten unterlassen. Deshalb werden folgende Winke für die Krankenpflege im Hause willkommen sein:

1. Beseitige alles, was den Patienten beunruhigen, erregen oder ermüden könnte, wozu Bilderschmuck mit aufregenden Szenen, lauttickende Uhren, allzugrell oder unruhig gemusterte Tapeten, Spiegel und unverschleierte Lampen gehören.

2. Hänge dagegen Bilder auf, die freudige Stimmungen auslösen und bedecke unruhig wirkende Tapeten im Gesichtsfelde des Kranken mit einigen Bahnen kleingemusterter, ruhigwirkender Tapeten oder Bogen Papier in angenehmen Farbtönen, wie blaugrau, grüngrau, silbergrau mit und ohne kleinen Mustern.

3. Stelle Blumentöpfe oder Sträuße duftloser Blumen oder einige grüne Zweige usw. in die Nähe des Krankenbettes, damit sich der Patient durch ihren Anblick erfreuen und ablenken kann.

4. Gewähre dem Kranken öfteren Wechsel seiner Lage, halb- oder ganzsitzend, auf dem Rücken oder seitlich liegend, damit er seinen Zustand nicht so quälend empfindet.

5. Stelle dich ihm besonders zur Verfügung, wenn er unter erhöhter Temperatur zu leiden hat, da ihn in diesem Zustand oft Angstanfälle ermatten. Stelle ihm, wo keine Verbindung mit dem elektrischen Läutwerk besteht, eine Klingel, oder in Ermangelung derselben ein Glas mit Löffel zur Hand, durch dessen Anschlagen er dir ein Zeichen geben kann.

6. Schaffe ihm so oft wie möglich reine, frische Luft im Zimmer, ohne daß er vom Zuge oder eindringender Kälte belästigt wird.

7. Trage dafür Sorge, daß die Um- oder Mitbewohner des Hauses auf dein schwer erkranktes Familienmitglied ebenfalls Rücksicht nehmen und weder unter, über, noch neben dir musizieren oder vermeidbaren Lärm jeglicher Art verursachen. Durch diese Vorsorge erleichterst du dem Kranken die schweren Tage und trägst zu seiner Genesung bei. F.

Kinderpflege und -Erziehung.

Welche Erziehung ist die beste?

Die Erziehung ist die Grundlage zum Wohl oder Weh für den ganzen Gang durch das Leben. Manche Blume im Garten des Lebens entfaltet sich so herrlich, aber sie hat keinen Gärtner, der sie schützt, und das Unkraut verkrüppelt sie, das Wetter zerschlägt sie. Alle Eltern wünschen ihre Kinder glücklich zu sehen. Da aber die Begriffe vom Lebensglück so verschieden sind und sich meistens auf äußere, dem Zufall unterworfene Verhältnisse beziehen, so muß auch die Erziehung so verschiedenartig und oft so unglücklich ausfallen.

Der Geizige wird in der Erziehung die Sparsamkeit als die erste Bedingung zum „Glück" betrachten, und glauben, seine väterliche Pflicht durch Anhäufen von Geld und Gut erfüllt zu haben. Sein Wahlspruch wird sein: Wenn man den jungen Leuten Geld in die Hände gibt, werden sie leichtsinnig. Und er hat recht, wenn man ihnen nicht auch Verstand und Herz durch Erziehung bildet. Er wird aber, geblendet von dem Glanze seines Geldes, nicht daran denken, daß sein Geiz die Flamme der Liebe bei seinen Kindern erlöschen muß und seine angehäuften Schätze nach seinem Tode von seinen Kindern jedenfalls der Verschwendung preisgegeben werden — als Entschädigung für den ihnen bisher vorenthaltenen Lebensgenuß.

Der Ehrgeizige hinwiederum wird das Glück seiner Kinder in äußerem Glanz zu begründen suchen, und eine „vornehme" Erziehung für die beste halten. Und so gibt es unzählige irrige Ansichten von dem Lebensglück und folglich ebensoviele mißlungene Erziehungen. So wie die höchste Glückseligkeit dieses Lebens nur in der Vervollkommnung der geistigen Kräfte, in der sittlichen Ausbildung des Herzens und in der vollkommenen Gesundheit des Körpers besteht, so kann auch nur jene Erziehung die beste sein, welche die körperliche Entwicklung nach den Naturgesetzen berücksichtigt und nach diesen auch die Ausbildung der geistigen Kräfte nur stufenweise befördert, und welche durch diese Ausbildung der geistigen Anlagen zur Erkenntnis des Guten und sittlich Schönen leitet. Nur durch eine solche Erziehung wird der ganze Mensch auf eine Weise gebildet, daß er dadurch selbständig sein Glück in sich trägt, nie zum Spielball der äußeren Umgebung wird, in keiner Lebenslage den Boden unter den Füßen verliert.. A. W.

Gartenbau und Blumenkultur.

Herbst-Astern.

Die reizende Aster Datschi, die niedrige Aster alpinus, die bekannte Aster formosissimus und viele schöne andere Asterarten mit lieblichen, blauen, kleinen Sternblümchen sind deshalb so besonders geschätzt, weil sie zu blühen anfangen, wenn die übrigen Blumen zur Neige gehen, also im Oktober, auch noch November. Diese schönen Pflanzen vertragen also viel Kälte und rauhes Wetter. Mit der Sommer-Aster, die botanisch Callistephus chinensis heißt, haben sie den deutschen Namen gemeinsam, im übrigen keine besondere Ähnlichkeit; die einfachen Blütchen sind viel kleiner. Diese Herbst-Astern sind wie andere Stauden durch Teilen leicht zu vermehren. Noch leichter kann man sie aber durch Aussaat vermehren und das ist auch oft gebräuchlich. Sie zeigen dann, wenn sie mit den Sommerblumen im März in das Mistbeet ausgesät und verpflanzt werden, den Vorzug, daß sie schon im ersten Herbste blühen. B.

Tierzucht.

Die Aufzucht der Enten.

Die Kücken sind verhältnismäßig leicht aufzuziehen. Sie sind weniger empfindlich als jedes andere Geflügel, gleichviel, ob sie natürlich oder künstlich erbrütet sind. Bei der künstlichen Brut werden die Kücken in ein Kückenheim gesteckt und die ersten zwei Wochen wie die Hühnerkücken behandelt, nur mit etwas geringerer Wärme (25° C.). Später bedürfen sie des geheizten Heimes nicht mehr, es genügt die Haltung in jedem hellen Raume mit Zimmerwärme (18° C.). Bei schönem Wetter müssen die Kücken den Auslauf ins Freie haben. Bei der natürlichen Brut überläßt man die Kücken, wenigstens in den ersten Wochen, der Führung des Bruttieres. Man kann sie aber auch ohne weiteres schon beim Ausfallen wegnehmen und wie die künstlich erbrüteten aufziehen. Die Jungenten sollen in den ersten Wochen keine Badegelegenheit erhalten, sondern nur Wasser zum Trinken. Die Mastentenkücken dürfen überhaupt nicht auf das Wasser kommen, denn sie würden trotz der besten Fütterung nicht an Fleischgewicht zunehmen. Man gibt nur das notwendige Wasser zum Trinken und zum Reinigen. Frische Luft ist besonders während der Haltung in geschlossenen Räumen unbedingt notwendig. Es darf bei der Aufzucht nicht an der nötigen Reinlichkeit der Ställe und der Kückenheime fehlen. Sch.

Frage-Ecke.

Antworten.

58. Es gibt in der Schweiz verschiedene gute **Geflügelzuchtanstalten**, so z. B. „Waldeck" Walchwil, Rohrer, Ostermundigen bei Bern, Stähelin, Aarau u. a. Ob sie gerade nach amerikanischem Muster arbeiten, kann ich nicht sagen. Man tut jedenfalls gut, jene Verhältnisse nicht in jeder Beziehung als maßgebend für uns zu betrachten. Und namentlich bei der Geflügelzucht soll man nach dem Rat Erfahrener nur klein anfangen. Wenden Sie sich an die Redaktion der „Schweiz. Blätter für Ornithologie" in Uster. (Verlag Berichthaus Zürich.) Leserin.

59. Sie werden mindestens 8 Fr. **Pensionsgeld** pro Tag und pro Person rechnen müssen und dabei noch keine großen Sprünge machen können, wenn Sie sorgfältig kochen wollen. Man sagt, man müsse mindestens sechs Pensionäre haben, wenn man etwas verdienen wolle. Pauline.

60. Die Blätter, die wir zur **Theebereitung** für den Winter dörren wollen, sollte man vor der Blütezeit abstreifen und am Schatten trocknen. Lindenblüten z. B. bringt man am besten in einen Estrichraum und breitet sie in möglichst dünner Lage bei geöffnetem Fenster aus. Die verschiedenen getrockneten Kräuter bewahrt man in Säckchen freihängend auf in trockenem Raum. A.

61. Kaufen Sie das Büchlein „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt", von Frl. Barth, Schleitheim. Sie finden darin eine Fülle guter Rezepte zu **Quarkspeisen**, überhaupt zur Milchverwertung (Junket, Yoghurt etc.). Es wird zur Sommerszeit von unpraktischen Hausfrauen so viel gebrochene und saure Milch als wertlos fortgegossen, aus der man noch treffliche, vollwertige Speisen, Käse etc. machen könnte. Das Büchlein gibt auch Anleitung zu zweckmäßiger Verwertung solcher Reste. H.

Fragen.

62. Wer gibt mir Rezepte für gute **Gurkenspeisen** an? Sollten solche nicht immer säuerlich zubereitet werden? Ich möchte unsern Überfluß verschiedenartig, auch für den täglichen Tisch verwerten. H.

63. Wie richtet man eine **Wohnküche** praktisch ein — so daß man möglichst wenig von ihrer eigentlichen Bestimmung merkt? Könnte man nicht die ganze Koch- und Abwasch-Einrichtung kastenartig verschließen, wenn die Küche ihren Zweck erfüllt hat? Dina.

64. Wie bereitet man **Glace** ohne Eisbombe? Ich möchte uns hie und da einen solchen Dessert bereiten, weiß aber nicht, wie ich vorgehen soll. Junge Köchin.