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

Band: 31 (1924)

Heft: 1

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. 1. XXXI. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 12. Januar 1924.

Der du in deiner Hand
die graue Erde trägst,
die Tage unverwandt
zu ihren Nächten legst,
mach alles Dunkle hell,
entbürd' uns unsrer Müh'n,
entriegle du den Quell
und laß die Blumen blühn.

Ludwig Finckh.

□

Einige Winke zum Sparen.

Von Adelheid Strahl.

(Nachdruck verboten.)

Heute, da jede Frau noch etwas für andere übrig haben möchte, wird sie erfinderisch. War sie schon bisher haushälterisch, so macht es ihr Vergnügen, noch ausgedachter zu wirtschaften. Dadurch, daß man in guten Zeiten nichts verloren gehen läßt, ist für die übrigen Zeiten ein Vorrat geschaffen, obschon es oft unbequem ist, jedem Papier, jedem Bindfaden, Karton, Brettchen den Platz anzuweisen, wo es gut aufgehoben und doch zur Hand ist. Gerade in Geschäften und Büros wandert soviel Brauchbares in die Papierkörbe. Die Hausfrau natürlich macht ihre Ersparnisse in der Küche und im Flickkasten.

Es kommt immer auf die Art der Feuerung und die vorhandenen Hilfsapparate an, wenn man beim Kochen einsparen will. In Nr. 23 des letzten Jahrgangs wurde das „Backwunder" und der „Caldor" genannt, beide Küchengeräte aus dünnem Aluminiumblech. Beide lassen sich aber auch auf elektrischen Platten verwenden. Die Backform, indem man die Mitte-Öffnung mit einem Büchsendeckel bedeckt, damit die zunächstliegende Schicht des Backwerkes nicht verbrennt, bevor das Übrige durchgebacken ist. Der Caldor kann nicht nur als Überstell-Topf verwendet, sondern direkt auf Gas gesetzt werden (bei kleiner Flamme). Der Boden kann, falls er sich krümmt, von Zeit zu Zeit hinausgepreßt oder -geklopft werden. Die dünnen Geschirre haben besonders im Winter den Vorteil, sich schnell zu erwärmen. Um sie zu füllen, halte ich immer einen Eimer Wasser hinter dem Ofenschirm bereit. Über den Caldor kann statt dem Deckel auch noch eine Büchse mit Wasser gestellt werden, wie auch im Ofen immer eine solche Platz findet, um die kalten Hände in dem warmen Wasser zu erwärmen. Der Caldor kann auch auf die elektrische Platte plaziert werden, wenn sie, nach dem Kochen, auf Null steht, sonst auf eins. Damit die Hausfrau oder der dienstbare Geist nicht in der kalten Küche verweilen muß, bis zur Erhitzung des Abwaschwassers, ist Folgendes zu empfehlen: Man steckt in das Mundstück des Caldor einen Pantoffelkorken, den man sich in einem Geschäft für chemische Bedarfsartikel mit einem durchgehenden Loch versehen läßt. In dieses steckt man eine kleine Holzpfeife, wie

3523.

man sie beim Spielwarenhändler für 25 Cts. bekommt. Diese Pfeife ist durch die ganze Wohnung vernehmlich, wenn das Wasser zu kochen beginnt.

Sehr praktisch finde ich die Drahtdeckel mit Blechrand zum einlegen zwischen zwei aufeinandergesetzte Töpfe. Eigentlich sind es Fliegendeckel mit Handknopf, den man beim auflegen nach unten richtet. Diese Drahtdeckel lassen mehr Hitze an den obern Topf gelangen, als die Emaildeckel. Wenn ich Kartoffeln oder ein Gericht, das längere Kochzeit erfordert, auf dem Feuer habe, so hänge ich das Gemüse zum Halbgarwerden in einem Sieb in den Kartoffeltopf und decke alles zusammen zu. Nachher muß das Gemüse nur noch mit Butter oder Öl gedünstet und gewürzt werden.

Auch gewisse Absudwasser finden Verwendung. Kartoffel- od. Teigwarenwasser stärken weichgewordenes Futter, Kragen, Schürzen &c. Das Kochwasser von Spinat, wenn man ihn nicht nur dünsten kann, behalte ich immer für ein stärkendes Fußbad auf. Die Molke oder Schotte, welche von dem mit gestandener Milch abtropfenden Baumwollsäckchen in ein reines Gefäß niederrinnt, braucht man zu einer Molkenkur, als Verdünnung von Brot- oder Gebäckteig statt Wasser und Milch, oder auch (wenn sauer geworden) statt Zitronensaft in die Salatsauce oder zum Strecken derselben. Den Kaffeesatz wirft man nie in den Kessel, sondern einen separaten Topf, um besonders vor Schneefall kleine Pflanzungen im Garten, Blumenrabatten zu düngen und auch Zimmerpflanzen davon zu geben, welche dabei gut gedeihen. Zitronenschalen werden auch noch verwertet, indem man sie schält, die Schalen wiegt, mit Zucker gut geschüttelt in einem wohlverschlossenen Geleeglas aufbewahrt. Es gibt ein wunderbares Zitronat, für Teekuchen und Cakes. Die ausgepreßten und geschälten Schalen von Zitronen legt man in laues Wasser und wäscht sich mit diesem Wasser die Hände rein nach groben Arbeiten. Trotz Landarbeit und allem Drum und Dran kann man die Hände vor Rissen, sogenannten „Schrunden" schützen, wenn man sie erst mit der schwarzen Schwefeltheerseife bürstet, dann mit diesem Zitronenwasser nachwäscht, besonders die Fingerspitzen. Leute mit fetter Haut benötigen keine Creme, während solche mit spröder Haut nach dem Waschen Glyzerin oder das weniger fettende Petrolatum einreiben. Die Spuren von Leukoplast-Verbänden bringt man mit Benzin zum Verschwinden.

Frauen, die ihre Wäsche selbst besorgen, werden alle zu reinigenden Emailgeschirre, Steingutwaren und Blumentöpfe in das verbleibende Laugenwasser legen, solange dieses warm ist. Um sich die Holz-Bottiche stets gebrauchsfähig zu erhalten, werden sie der Größe nach ineinandergestellt und jeder an den Wänden und am Boden mit Zeitungen ausgelegt. So habe ich selbst bei größter Hitze das ‚Verschwellen' verhüten können.

Ölgestrichene Gießkannen sind nach Gebrauch an einem eingerammten Stock umgekehrt aufzuhängen, damit alles Wasser ausläuft, denn, ist der Anstrich in- oder auswendig verletzt, so rostet schnell der Boden durch. Deshalb sind galvanisierte Zinnkannen vorzuziehen. Auch ist die ovale Form zum Tragen leichter und wir Frauen sollten im Sommer zur Erleichterung des Gießens eher zwei Kannen à 8 Kilo benützen als eine zu 10 Kilo, damit wir uns durch die einseitig zu große Belastung keinen Schaden zuziehen. — Blumenkohlstauden, die beim Ausheben im Herbst eben erst Blume angesetzt haben, werden tel quel mit dem Strunk samt Wurzel in wassergefüllte Steinguttöpfe oder Gießkannen gestellt (im helleren Keller), die Blumen entwickeln sich zur Reife und nehmen noch schöne Dimensionen an.

□

Häuslichkeit ist des Weibes Weltgeschichte.
Ludwig Börne.

Brandschäden durch elektrische Apparate.

(Nachdruck verboten)

Eine sehr große Zahl von Brandschäden ist, wie dem Bericht des kant. bernischen Inspektors der Brandversicherungsanstalt, Herrn H. Germiquet, zu entnehmen ist, elektrischen Apparaten, wie sie im Haushalt gebraucht werden, zuzuschreiben. In den Statistiken der Gebäude-Versicherungs-Anstalten figurieren sie meist unter der Rubrik: „Fahrlässigkeit". Die kleinsten Stromverbraucher, ja sogar Glühlampen können Schaden verursachen, beispielsweise, wenn eine Glühbirne mit einem undurchsichtigen Stoff umwickelt wird, so daß das Licht nicht mehr ausstrahlen kann. So erlitt in einer Ortschaft des Berner Jura ein Kind beinahe den Tod, weil das Dienstmädchen die elektrische Lampe mit einem solchen Tuch bedeckte und dieses, sowie das Bettzeug Feuer fing. Man berühre auch keine Glühbirne mit nassen Händen.

Elektrische Dörrapparate waren schon öfters die Ursache von Brandfällen, namentlich wenn durch Kurzschluß in den Heizwiderständen, schlechte Luftzirkulation und ähnliches die Temperatur in der Weise stieg, daß der Apparat selbst in Brand geriet.

Durch die kleinen elektrischen Heizöfen wurden bisher sehr wenig Gebäudebrandschäden verursacht, dagegen sind Mobiliarschäden keine Seltenheit. Beispielsweise werden öfters kleine Heizkörper als Bettwärmer benützt, die das Bettzeug entzündeten, weil sie keinen freien Luftzutritt hatten.

Die Heizkissen und -Teppiche verursachten ebenfalls schon Brände, wenn sie als Bettwärmer benützt wurden und während dieser Zeit, obgleich sie unter Strom standen, ohne Wartung blieben. Typisch ist ein Fall in einem Spital, wo bei einem Patienten die Umhüllung des Heizkissens total und das Bettzeug, sowie der Linoleumboden verbrannten. Ein Bruch des Widerstandsdrahtes war zweifellos die Ursache des Brandausbruches.

Die elektrischen Kochherde bieten an und für sich keine Gefahr, ebensowenig die Rechauds. Dagegen sind die elektrischen Kochtöpfe insofern nicht harmlos als sehr oft feuerfeste Unterlagen benützt werden, die direkt auf den Tisch gestellt werden und schon manchen Brand verursachten. Solche Untersätze nützen, wenn ein Luftraum zwischen Gefäß und Tisch besteht. Die Kochtöpfe neuerer Konstruktion können eine sehr hohe Hitze aushalten: es wurden im Kanton Bern verschiedene Fälle bekannt, da die Lötstellen gänzlich zerstört wurden.

Die elektrischen Bügeleisen sind diejenigen Stromverbraucher, die die meisten Brände verursachen. Die zum Bügeln notwendige Temperatur bildet eine Gefahr an und für sich. Bleibt das Eisen eingeschaltet stehen, zeitweise unbenützt, so steigt seine Temperatur auf sehr hohe Grade, ja bis zum Glühendwerden. Wie mehrere vorgekommene Brandausbrüche beweisen, bringt das Vorhandensein von Schaltern vor den Bügeleisen-Steckkontakten eine Gefahrserhöhung, denn wo solche Schalter vorhanden sind, da kommt ein Unterstromlassen häufiger vor. Mehrere Fälle von Brand sind auch durch das unwillkürliche selbsttätige Einschalten eines defekten Schalters entstanden.

Von jeher wurde durch einzelne Fabrikanten von elektrischen Apparaten der Versuch gemacht, durch Anbringung von Schutzvorrichtungen nach Möglichkeit jede Gefahr zu beseitigen, so durch Anbringen von Kontaktstiften, Schaltern, welche nach der automatischen Stromausschaltung ohne weiteres wieder eingeschaltet werden können, Vorrichtungen, welche bei Überhitzung der Apparate einen Kurzschluß hervorrufen, ein Uhrwerk, das je nach Strombedarf auf eine beliebige Zeitdauer zwischen 5 bis 30 Minuten eingestellt werden kann, und andere. Jeder dieser Vorrichtungen

haftet jedoch eine Unvollkommenheit an, die die Gefahren der Brandausbrüche nicht ausschließen. Die jährlich vorgenommene Kontrolle der Installationen bietet Gelegenheit, zu beobachten, daß Brandausbrüche oder Mobiliarschäden in sehr vielen Fällen verhindert worden wären, wenn sowohl für Bügeleisen wie für Kochtöpfe nur solche Gestelle bezw. Unterlagen verwendet würden, die eine Wärmeausstrahlung nach unten verhindern. Eine große Zahl der auf elektrische Apparate zurückzuführenden Brände haben ihre Ursache in der Unkenntnis der Gefahr, welche ihnen innewohnt. H. C.

□

Der Schnee als Reinigungsmittel.

(Nachdruck verboten.)

Es dürfte wohl mancher Hausfrau nicht bekannt sein, daß frischgefallener, feinkörniger Schnee ein ausgezeichnetes Reinigungsmittel ist nicht nur für Teppiche und Läufer, sondern auch für Bettvorlagen, Vorhänge und Bettüberwürfe, auch Tücher jeder Art und Farbe, besonders auch für die sonst schwer zu waschenden Steppdecken. Soll jedoch diese Reinigungsart von gutem Erfolg begleitet sein, darf man folgende Punkte hiebei nicht außer Acht lassen. Diese Arbeit erfolgt am besten im Freien bei möglichst kaltem Wetter, wenn der Schnee recht trocken und feinkörnig ist. Bei nur geringer Kälte fängt nämlich der Schnee an aufzutauen, er näßt dann nur die Stoffe und Teppiche, ohne sie zu reinigen.

Man breite die zu reinigenden Gegenstände mit der rechten Seite nach unten straff auf den Schnee aus, bevor dieser zertreten oder sonst verunreinigt ist und klopft sie mit dem Teppichklopfer tüchtig aus; dann wendet man sie und klopft sie auf der andern Seite. Empfindliche Stoffe können hiebei mit einem Tuche bedeckt werden. Das betreffende Stück muß immer wieder auf eine frische Stelle im Schnee ausgebreitet werden. Man hebt den Gegenstand dann vom Boden auf, klopft den daran haftenden Schnee und Staub noch aus und hängt ihn dann zum Trocknen auf. Kleinere Sachen können auch in einem kalten Raume gereinigt werden. Man legt sie zu dem Zwecke auf einen zuvor sauber abgewischten Tisch aus, bringt von dem trocken pulvrigen Schnee reichlich darauf und reibt damit den Teppich oder Stoff tüchtig ein. Der schmutzig gewordene Schnee wird dann jeweils entfernt und solange mit immer wieder frisch aufgelegtem Schnee eingerieben, bis dieser nicht mehr schmutzig wird. Hierauf klopft man die Sachen aus und trocknet sie, aber nicht zu rasch. Die Stoffe werden dann noch etwas feucht auf der linken Seite gebügelt. -r

Haushalt.

Wie verhütet man das Filzigwerden der Wollwäsche?

Wollene Sachen, die weich und geschmeidig bleiben sollen, dürfen nie direkt eingeseift werden. Man lege solche zuerst über Nacht in laues oder handwarmes Wasser ein und wasche sie dann andern Tags in recht heißem Wasser, in welchem man zuvor die nötige Seife oder Lux (kein gewöhnliches Waschpulver) gut aufgelöst hat unter fortwährendem Umrühren. Nach dem Waschen werden die Wollgegenstände in reinem, heißem Wasser tüchtig geschwenkt und ausgedrückt und dann in lauwarmem Wasser gehörig gespült und nicht fest ausgewrungen, sondern nur leicht zwischen den Händen ausgepreßt und dann zum Trocknen aufgehängt. Zur Herstellung der Seifenlauge darf aber nur beste weiße Kernseife verwendet werden. Bei dieser Behandlung werden wollene Sachen nie filzig und die es durch unrichtiges Waschen schon geworden sind, werden auf diese Weise wieder schön weich. —r.

Rostflecken

in der Wäsche sind entweder auf defekte Stellen im Kessel zurückzuführen oder auf rostige Nägel im Deckel, von denen sich durch den aufsteigenden Wasserdampf Rostwasser absondert und auf die Wäsche niedertropft. Man bestreicht nun verrostete Nagelstellen mit Gips oder Glaserkitt, bei völlig ausgetrocknetem Deckel und entferne die Rostflecken sofort durch Eintauchen in kochendes Wasser und Aber-

reiben mit einer Messerspitze Kleesalz während des Eintauchens. Nachfolgendes gründliches Spülen ist unbedingt notwendig, um die Gewebefaser zu schonen. K.

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.

Durchgetriebene Kartoffelsuppe.

Zirka 1 Kilo Kartoffeln werden roh geschält und in Stücke geschnitten, ebenso 1/4 eines Kohlkopfes, 2 Karotten, etwas Sellerie und Lauch, alles gewaschen und mit dem nötigen Salz aufs Feuer gesetzt mit zirka 4 Liter Wasser. Wenn alles weich geworden, preßt man die Suppe durch ein Sieb und läßt sie nochmals aufkochen. Wenn die Suppe angerichtet ist, gibt man im letzten Moment geröstete Brotwürfel hinein, streut nach Belieben auch etwas gehackte Petersilie oder Schnittlauch darauf. Geriebener oder gehackter Majoran eignet sich auch sehr gut in Kartoffelsuppen. Senn: 100 Suppenrezepte.

Netzwurst.

180 Gr. Schweinefleisch, 360 Gr. Kalbfleisch, 80 Gr. Brot, 1—2 Eier, Gewürz, Zwiebel, Grünes, nach Belieben 1 Löffel Öl oder Rahm, Kalbsnetz, 1/2 Tasse heißes Wasser, Bratengarnitur, Wasser oder Fleischbrühe. Die Masse wird wie zu Hackbraten gemischt, in ein gewässertes Kalbsnetz gewickelt, gut gebunden und mit der Bratengarnitur in die Bratpfanne in das kochende Wasser gelegt. Netzabfälle werden klein geschnitten und daneben gegeben. Wenn das Wasser eingedampft ist, läßt man den Braten bräunen, schüttet dann das Fett ab und fügt Wasser oder Fleischbrühe für die Sauce hinzu. Er wird wie ein Hackbraten fertiggemacht. Nach Belieben legt man für besondere Anlässe ganze hartgekochte Eier, längliche Streifen von Zunge, Schinken, Cornichons in die Masse; auch kann man 1—2 Löffel Öl oder Rahm hinzufügen. Die Netzwurst kann warm oder kalt serviert werden.

„Kochbuch der Koch- u. Haushaltungsschule Winterthur."

Holländischer Kabeljau.

1 Kilo Kabeljau oder gewässerter Stockfisch, am besten Schwanzstück, legt man vorgerichtet in 1 1/2 Liter kochendes Salzwasser mit 1/2 Lt. Milch, läßt es offen 5 Minuten langsam kochen und stellt es dann zugedeckt auf die Seite. Nachdem man das Fischstück auf einem Tuch etwas abgetrocknet hat, gibt man etwas Pfeffer und eine Buttersauce darüber, zu welcher man 50 Gr. Butter zergehen läßt, 2 Löffel Fischwasser und 1/2 Kaffeelöffel gewiegte Petersilie einrührt und aufkocht oder 1 Kaffeelöffel Senf hineingibt und ebenfalls rührt, bis die Butter wieder nach oben gestiegen ist, worauf man sie sofort anrichtet.

Badener Gemüsegericht

wird aus 2 Kohlrabi, 3 weißen Rüben, 5 gelben Rüben, 1 Kohl, etwas Porree und Zwiebeln und 10 in Scheiben geschnittenen Kartoffeln bereitet, indem man alles schichtenweise in eine gefettete Form gibt, salzt und pfeffert und kochende Fleischbrühe daran gibt, worin alles gar dünsten soll. Beim Anrichten gibt man Ochsenaugen oder harte Eier darauf.

Aus „Was koche ich?" von F. Zingerle.

Gebackene Eier mit Tomatensauce.

3 Eier, 1/2 Glas Olivenöl, 1/2 Tablette Maggi's Tomatensauce. Das Öl in der Bratpfanne heiß machen. Ein Ei nach dem andern in eine Untertasse aufschlagen, sie einzeln in das heiße Öl geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Hilfe einer Gabel das Eiweiß über das Eigelb ziehen, so daß dieses ganz eingeschlossen ist, die Eier drehen, anrichten und mit einer Tomatensauce, hergestellt aus einer halben Tablette Maggi's Tomatensauce, servieren. Das Gericht dient als Entree oder am Familientisch mit Salat oder Früchten als Nachtessen.

Sauerkrautsalat.

Gutes Sauerkraut kocht man halbweich und schüttet es zum Abtropfen auf ein Sieb. Währenddessen brät man kleinwürflig geschnittenen Speck goldgelb, läßt halbfein geschnittene Zwiebel darin anlaufen und schüttet es über das in einer Schüssel befindliche Kraut, mischt dann das nötige Salz, Pfeffer und Essig oder Zitronensaft dazu und nach Belieben auch eine Messerspitze voll Zucker. Dieser Salat bleibt 2—3 Stunden stehen und schmeckt dann feiner als von Rot- oder Weißkraut bereiteter.

Schlosserbuben.

500 Gr. Dörrzwetschgen werden nicht ganz weich gekocht, dann entsteint, in jede Frucht eine abgezogene Mandel gesteckt, in einen Ausbackteig (wie zu Apfelküchlein) getaucht und in Fett gebacken. Nach dem Backen bestreut man die Küchlein mit geriebener Schokolade und Zucker.

Billige Kartoffelspeise.

Man reibe 5—6 Tage zuvor gekochte Kartoffeln und vermische sie mit sehr wenig Mehl und etwas Salz. Nachdem man davon einen festen Teig geknetet, rolle man so gut es geht 2 Platten davon aus und belege mit der einen eine gut ausgestrichene Auflaufform mittlerer

Größe. Apfel werden geschält und in kleine Scheibchen geschnitten, gezuckert, event. eine handvoll Sultaninen auf den Teig gestreut und die Apfelscheibchen darauf gegeben. Dann decke man mit der übrigen Teigplatte zu, bestreiche diese mit Butter oder besser mit dickem saurem Rahm und backe den Auflauf schön braun. Er wird nicht hoch, schmeckt aber vorzüglich, besonders wenn die Teigplatten nicht zu dick sind. Frau M.

Törtchen mit Schlagrahm.

130 Gr. frische Butter, 180 Gr. Mehl, 70 Gramm Zucker, 2 Eidotter und etwas Vanille knetet man auf dem Brett zusammen. Man teilt den Teig in ca. 25—30 gleiche Teile, die man zu Kugeln formt. Jede dieser Kugeln wird in eine kleine Blechform gleichmäßig eingepreßt; es genügen 5—6 Formen, da nicht alles gleichzeitig gebacken werden muß. Die gefüllten Formen stellt man auf ein Backblech und läßt sie in nicht zu heißem Ofen blaßgelb backen; dann stürzt man sie vorsichtig aus (der Teig ist sehr mürb und bricht leicht). Man füllt die ausgekühlten Törtchen mit Schlagrahm und Erdbeeren oder Kastanienpüree oder andern passenden Früchten.

Frau M.

Gesundheitspflege.

Zur Pflege unserer Augen.

Der Wert des Augenlichts wird von vielen leider meist zu spät erkannt, d. h. erst dann, wenn sie durch eigene oder fremde Schuld einen Teil davon eingebüßt haben. Abgesehen von einer richtigen Beleuchtung unserer Arbeit durch geeignete Auswahl guter Lichtquellen, durch deren vorschriftsgemäße Stellung zur Arbeitsfläche wie auch zu unserem Auge usw., sei zu dem wichtigen Kapitel der Augenpflege folgendes bemerkt:

Gönne dem Auge die nötige Ruhe! Gar zu nahe liegt die Gefahr, daß das Auge infolge langandauernden Gebrauchs überanstrengt wird. Eine kurze Arbeitspause wird auch diesem Organ wohltun. Man schließe während der Arbeit die Augen für kurze Zeit; bei Naharbeit ist es angebracht, den Blick für kurze Zeit auf entfernte Gegenstände zu richten, und umgekehrt lasse man das ständig in Fernarbeit tätige Auge von Zeit zu Zeit auf nahegelegenen Punkten ruhen. Leute, die viel mit einem Auge sehen müssen (Uhrmacher) sollen nicht immer mit ein und demselben Auge arbeiten. Den Augen soll auch nachts die nötige Ruhe gegönnt werden. Dazu gehört, daß das Schlafzimmer nicht erleuchtet sei, weder durch ein Nachtlicht, noch durch zeitig (in kurzen Sommernächten) eindringende Lichtstrahlen.

Reinige die Augen öfters! Dieser Rat gilt nicht nur denjenigen, die in besonders staubiger Luft zu arbeiten gezwungen sind, sondern allen. Zur Reinigung diene laues Wasser. Kaltes Wasser dürfte besonders dann schaden, wenn der Körper erhitzt ist, oder wenn dem Auge durch andauernd anstrengende Arbeit viel Blut zugeführt wurde. Bequem ist die Reinigung durch ein einfaches Augenbad. Man halte das Auge auf ein größeres, mit lauem Wasser vollständig gefülltes Likörglas und bewirke die Spülung durch öfteres Öffnen und Schließen des Auges. S. H.

Krankenpflege.

Durchliegen (Aufliegen) der Kranken.

Man versteht darunter das sehr schmerzhafte Wundwerden derjenigen Körperstellen, die durch längeres Bettliegen ständigen Druck erleiden auf Knochen, welche bei der entstehenden Abmagerung des Kranken nur dünn mit Weichteilen bedeckt sind. Es betrifft dies hauptsächlich das Kreuz, die Schulterblätter, Hüften und Fersen. Zur Verhütung dieses sehr schmerzhaften Leidens ist das Bettuch stets ganz straff und glatt über die Matratze zu spannen (mit Sicherheitsnadeln seitlich außen feststechen), damit keine Druckfalten entstehen. Die Leibwäsche muß häufig gewechselt werden und darf auf der Unterseite niemals Falten bilden. Der Kranke soll abwechselnd eine Seitenlage einnehmen. Auch dürfen keine Brotkrumen im Bette liegen. Die gefährdeten Körperstellen müssen des öftern vorsichtig gewaschen werden (Wasser mit Essig). Gleich im Anfang einer Rötung sind Luft- oder Wasserkissen (Luftringe) unterzulegen.

Ist doch das Wundliegen eingetreten, so sind die betr. Stellen immer sehr sauber zu halten, nach ärztlicher Vorschrift zu verbinden und mit viel Watte zu bedecken, die wiederholt locker gezupft werden muß. Vielen Kranken ist es eine Wohltat, wenn sie unmittelbar auf den Haaren eines Rehfells liegen. Ferner schiebt man mehrere Luftkissen (Wasserkissen) oder selbstgefertigte Spreukissen so unter den Körper, daß die schmerzenden Stellen sich in den Zwischenhohlräumen befinden. Die Fersen werden hoch gelagert durch gerollte weiche Tücher oder Watte unter den sogen. Achillessehnen.

Man beherzige wohl, daß ein Aufliegen für den Kranken zu einer furchtbaren Qual werden kann, denn die Wundstellen können schließlich brandig werden und zu Blutvergiftung führen. Deshalb soll man rechtzeitig vorbeugen. Dr. Th.

□

Kinderpflege und -Erziehung.

Blutarmut der Kinder bei Ernährung mit Ziegenmilch.

Bei der im Säuglings- und späteren Kindheitsalter sich einstellenden Blutarmut (auch verbunden mit Rachitis) erkundeten die Ärzte jetzt öfter, daß die Kleinen mit Ziegenmilch ernährt wurden. Setzte man dann die Ziegenmilch aus und ging zu gemischter Kost über, so kam die Blutarmut fast stets zur vollen Heilung. Welche Bestandteile dieser Milch daran schuld sein können, weiß man noch nicht, hat aber Verdacht auf die ihr eigentümlichen Fettsäuren (wie Kaprinsäure), die der Ziegenmilch und Butter auch ihren eigenartigen Geruch und Geschmack verleihen. Man sei daher mit der Verabreichung von Ziegenmilch an kleine Kinder vorsichtig. Haben diese irgendwie Widerwillen dagegen oder zeigen sich krankhafte Erscheinungen von Blutarmut, wechsle man sofort mit der Nahrung. Dr. G.

Gartenbau und Blumenkultur.

Das Gießen der Topfpflanzen

hat im Winter vorsichtig zu geschehen; man gieße nicht zu häufig, besorge es dann aber gründlich, so daß der ganze Erdballen durchfeuchtet wird. Die Pflanzen in einem warmen Zimmer bedürfen einer Wassertemperatur von 20—25° Celsius. Man verwende aber nicht gekochtes Wasser, sondern bringe das kalte durch Beigabe von warmem auf diese Temperatur. Man begieße am Morgen, und von oben, nicht durch die Untersatzteller. Daß im Winter nicht gedüngt werden darf, ist den Pflanzenliebhabern bekannt. Alle Zimmerpflanzen mit großen und nicht haarigen Blättern sollten einmal wöchentlich mit Schwamm und lauwarmem Seifenwasser (oben und unten, auch die Zweige) abgewaschen werden. Haarige und wollfilzige Zweige werden abgeblasen oder mit dem Federwischer abgestäubt. Staub, Rauch und schlechte Ausdünstungen schaden den Pflanzen. Die Luft sollte durch Verdampfschalen auf dem Ofen oder durch aufstellen von Schalen zwischen den Blumentöpfen feucht gehalten werden. E.

Tierzucht.

Das Rupfen der geschlachteten Gans

soll geschehen, solange sie noch warm ist, weil es leichter und schneller möglich ist, vorausgesetzt, daß die Federn nicht noch im Kiele stecken. Ein halbausgefiedertes Tier zu rupfen, ist fast unmöglich. Man hilft sich dann meistens durch Abschneiden der Federn mit einer gebogenen Schere, damit nicht die Haut zerschnitten oder zerrissen wird. Allerdings wird eine derartig geputzte Gans auch einen recht wenig ansprechenden Braten geben. Beim Rupfen werden zuerst die großen Schwungfedern ausgezogen, die zu bündeln sind. Sie lassen sich zu Zahnstochern und Zigarrenspitzen verwenden. Dann wird der Rumpf sauber gerupft und etwa noch vorhandener feiner Flaum mit einer Spiritusflamme abgesengt. Für den Verkauf bestimmte Schlachtgänse müssen besonders sauber hergerichtet werden, damit sie recht einladend aussehen.

Nach dem Rupfen müssen die oberhalb des Steißes sitzenden Fettdrüsen ausgeschnitten werden, da sie sonst später dem Fleische beim Braten einen tranigen Geschmack verleihen. Die geschlachtete Gans wird zum Erkalten aufgehängt. Das Ausnehmen der Gedärme geschieht erst am anderen Tage, nachdem das Fett starr geworden ist, weil sich diese Arbeit dann viel leichter ausführen läßt. J. Sch.

Frage-Ecke.

Antworten.

67. Noch etwas über die **Zimmertanne.** Um den Tännchen wieder ein hübsches Aussehen zu geben, wenn der Stamm unten kahl ist, zerspalte man einen Blumentopf genau in zwei Hälften, erweitere das untere Loch ein wenig und lege den Topf in gewollter Höhe um den kahlen Stamm. Man klebe und binde ihn sorgfältig zusammen, stütze ihn durch in die Erde des unteren Topfes gesteckte Stäbchen und fülle ihn dann mit guter Moorerde. Nun beginne man damit, in dem ersten Monat beide Blumentöpfe in gleicher Weise zu begießen, vernachlässige dann allmählich den unteren immer mehr. Wenn man bemerkt, daß der Stamm unter dem oberen Blumentopf trocken wird, oben aber grün, lasse man den untern ein bis zwei Wochen ganz ohne Wasser, und schneide endlich nach drei bis vier Monaten den Stamm dicht unter dem obern Blumentopf glatt ab. Der Stamm hat inzwischen Wurzel geschlagen und bei richtiger Pflege hat man wieder eine hübsche, volle Pflanze, deren Wachstum man durch gute aufgefüllte Erde und Düngmittel noch nachhelfen kann. Leserin.

81. Wir haben im „Ratgeber" schon oft über das Arrangement von **kalten Platten** gelesen. Diese sind sehr beliebt, machen wohl einige Vorarbeit nötig, ermöglichen aber der Hausfrau, wenn die Gäste einmal da sind, sich ihnen zu widmen, wenn zum Beispiel neben dieser Platte nur Thee serviert wird. E.

82. Ich glaube, daß man sich an die Auswahl der Geschäfte halten muß inbezug auf **Bodenmatten** und diese Auswahl ist in der Regel groß. Sie tun am besten, von vorneherein sich ein ganz genaues Bild von Größe, Dessin und Farbe zu machen, die dieses Ausstattungsstück haben muß und gerade nach einem solchen zu fragen — dann ersparen Sie, wenn nichts derartiges am Lager ist, das zwecklose Vorzeigen. Sicherlich werden Sie etwas Passendes finden. Im Inseratenteil des „Frauenheim" stehen Adressen von Bezugsquellen. (Meyer-Müller & Co., A.-G., Stampfenbachstraße 6, Zürich.) Leserin.

83. Ein gutes, kräftiges **Gulasch** bereiten Sie auf folgende Weise:

Man schneidet 40—70 Gramm Speck kleinwürflig, läßt ihn heiß werden, gibt eine feingeschnittene halbe Zwiebel hinein und eine Prise Paprika. Ist dies gelb angelaufen, legt man 750 Gr. in Würfel geschnittenes, saftiges Rindfleisch hinein, dünstet zugedeckt, zuerst bei starker, dann weniger Hitze, ohne es aufzurühren. Dann wird es, bräunlich geworden, mit soviel Wasser bedeckt, daß es kaum heraussteht. Nach 2—3 Stunden richtet man es ohne weiteres Zugießen an. Man kann 1/2 Stunde vorher Kartoffelwürfel dazu legen und mitkochen.

Dieses Rezept stammt aus einem österreichischen Kochbuch. Anna.

84. Das nachstehende Rezept für **Honignüßli** ist dem „Reform-Kochbuch" von Ida Spühler entnommen. Zutaten: 750 Gr. Mehl, 250 Gr. Bienenhonig, 1 Dezil. Wasser, 250 Gr. Zucker, 250 Gr. Butter, 2 Eier, 1 Messerspitze Nelkenpulver, 1 Zitrone, 1 Teelöffel gestoßenen Sternanis, eine halbe Messerspitze Muskat, 5 Gr. Backpulver. Mit 1 Dezil. Wasser wird der Zucker auf dem Feuer aufgelöst, und wenn er ganz klar ist, der Honig damit verrührt und die Mischung vom Feuer genommen. Nun gibt man unter beständigem Rühren das Gewürz samt dem Abgeriebenen der Zitronenschale, die Butter, die Hälfte Mehl und die zerquirlten Eier dazu. Nach und nach wird dann das übrige, mit dem Backpulver vermischte Mehl noch dazu gewirkt. Nun rollt man den Teig 1/2 Cm. dick aus, sticht mittelst kleinem, in Mehl getauchtem Gläschen oder Blechdeckelchen Formen aus und backt diese bei schwacher Hitze 1/2 Stunde. Ergibt 1 Kilo 300 Gr. Vreneli.

86. Man sagt, **Wechselhandbäder** (in warmem und kaltem Wasser abwechselnd) seien das beste Mittel gegen Frostbeulen — sie müssen aber bis weit in den Sommer hinein vorgenommen werden. Ich beobachtete an einer jungen Verwandten, daß sie nie Frostbeulen bekam, wenn sie in einem Hause mit Zentralheizung Hausarbeit zu besorgen hatte — aber immer, wenn der Temperaturwechsel in den Wohn- und Küchenräumen zu groß war (bei Ofenheizung). Suchen Sie sich so einzurichten, daß Sie möglichst wenig in kaltem Wasser hantieren müssen. Das läßt sich auch im Winter verhüten, dadurch, daß man beständig Wasser im Ofen hat und in der Küche Aufsatzdeckel und -geschirre benutzt, die ohne Mehrkosten für Feuerung einen Warmwasservorrat ermöglichen. Ein sehr sorgfältiges Abtrocknen der Hände, event. das Tragen von Halbhandschuhen während der Hausarbeit ist stets zu empfehlen. M.

87. Ich nenne Ihnen hier ein einfaches Rezept für **Haferflockenpudding**. Zutaten: 250 Gr. Haferflocken, 2 Eier, 2 Eßlöffel Zucker, 1/2 Liter Milch, Zitronenrinde, Sultaninen oder Weinbeeren oder gedörrte, gehackte Zwetschgen, 1 Prise Salz. Die mit kochender Milch gebrühten Haferflocken werden zugedeckt stehen gelassen. Die Weinbeeren werden klein zerschnitten. Statt dessen können auch getrocknete Zwetschgen genommen werden, die man ebenfalls grob verwiegt. Eigelb, Zucker, Zitronenrinde und -saft, Salz und Weinbeeren werden unter die Haferflocken vermischt und der steife Eierschnee zuletzt beigefügt. Die Masse wird in eine ausgefettete, mit Mehl, Grieß oder Mais bestäubte Form (mit Deckel) gefüllt und im Wasserbad gebacken. Vorkochzeit 15—30 Min.; Kochkiste 4—4 1/2 Stunden. E.

Fragen.

1. Auf welche einfache, raschwirkende Weise kann man den lästigen **Zigarren- und Tabakgeruch**, der sich so überaus anhänglich in den Kleidern und Wohnräumen festsetzt und den ich um des lieben Friedens willen ertragen muß, beseitigen? Für guten Rat wäre sehr dankbar Eine Empfindliche.

2. Sind **Etagen- und Zentralheizungseinrichtungen** bei Neubauten zu empfehlen oder soll man sich in Ein- oder Zweifamilienhäusern an Kachelöfen halten? Es ist so angenehm, im Winter alle Räume gleichmäßig erwärmt zu haben — aber die Kosten der Zentralheizung sind so groß. Was für Erfahrungen machen die Hausfrauen auf diesem Gebiete? S. in A.

3. Kann man **Steintöpfe**, in denen Eier im Wasserglas aufbewahrt worden waren und sie dafür nicht mehr braucht, nach Entfernung des Wasserglases zu anderem Zweck gebrauchsfähig machen? Frau D.

4. Wer ist so freundlich und gibt mir Rat über die Behandlung von **Blumenzwiebeln**? Ich besitze noch Anemonen-, Ranunkeln-, Krokuszwiebeln. Müssen sie alle im Herbst eingesetzt und nach dem Verblühen aus der Erde genommen werden? Früher, als ich die gleichen Sorten das ganze Jahr in der Erde ließ, sind mir viele weggekommen. Kann der Laie auch Cyklamen selbst wieder antreiben oder sind diese einjährig? Besten Dank.

Blumenfreundin.