

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 13 (1891)  
**Heft:** 12

**Anhang:** Beilage zu Nr. 12 der Schweizer Frauen-Zeitung

#### **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:** 20.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Entgegnung und Berichtigung.

**A**uf den Angriff des Med. Dr. Lahmann in Nr. 9 d. Bl. erlaube ich mir folgendes zu entgegnen:

Die vegetabile Milch habe in Nr. 3 des „Volksarzt“ nicht angegriffen, vielmehr bemerkt, daß der Einzender in der „Schweizer Frauen-Ztg.“ (Nr. 52 von 1890) sich günstig über dieselbe ausspricht. Selbst prüfen könnte ich nicht, da, wie ich in Nr. 3 des „Volksarzt“ anführe, mir Versuchsobjekte (Säuglinge) abgehen. Sie selbst ver suchen könnte ich auch nicht, da ich überhaupt nicht Milchtrinker bin und die Milch nie vertragen konnte.

Nach der Probe mit Nährsalzextrakt, die mir und meiner Tochter sehr schlecht bekam (siehe Nr. 3 des „Volksarzt“), verging uns die Lust, Nährsalz-Cacao und Chocolade zu versuchen. Zudem sind Cacao und Chocolade an sich schon so naheliegend, daß eine angebliche Vermehrung ihrer Nährstoffe durch Nährsalz mir ganz überflüssig vorkommt.

Dr. Lahmann erklärt unverkennbar, er habe die Eiweißtheorie als falsch erkannt und schreibt den Nährwert der Nahrungsmitte den Nährsalzen zu. Aber alle unbefangenen und uninteressierten Hygieniker und Physiologen vertreten einstimmig die Eiweißtheorie, und ihre Aussprüche gelten mir mehr, als Dr. Lahmann's, bis jetzt allein dastehende Behauptung. Nach seiner Ansicht müßte er logischerweise auch das neuerdings aufgetauchte und mit Beifall vom Publikum aufgenommene, schwackhafte, nahrhafte und leicht verdauliche Allevronatbrod verwerten, weil es einen Zugang von Eiweißstoffen erhält und nicht von seinen Nährsalzen.

Mögen die gelehrten Herren den Streit über Eiweiß oder Nährsalze unter sich ausspielen! Be treffend die Behauptung, daß „selbst der schwächste Magen rohen, gut gefauten, mit Zitronensaft angemachten Blattsalat &c. vertragen kann“ u. s. w., so ist das eine fühhre Behauptung, die wohl jeden Leier stützlich gemacht hat und die der Erfahrung total widerspricht. Wir zweifeln, daß jemand mit schwachem Magen Lust verpürt, diese Behauptung an seinem eigenen Leib zu erproben, um — wahrscheinlich Kolik und vielleicht Darmentzündung davon zu tragen! Der Mensch hat keinen Magen wie die Herbivoren, die auf rohe, ungekochte und unaufgeschlossene Pflanzennahrung angewiesen sind. Röhrkraut, Sauerkraut und Weizkraut (Rappus) werden in der (West-)Schweiz nicht abgebrüht und abgekocht, sondern gedünstet oder gebräunt. Es ist also keine Rede von Auslaugen durchs Kochen bei diesen Gemüsen, sondern sie sind wohl deshalb für schwache Mägen schwer verdaulich, weil sie eben nicht gebrüht werden! Ob sie, roh genossen, für Menschen leichter verdaulich sind, als „gebräunt“?! Vielleicht, wenn die Menschen einmal solche Höhe der Kultur errekommen haben werden! Für die Mehrzahl der Sterblichen wird es wohl das klügste sein, sich nach der Erfahrung zu richten und nicht Probleme zu ergründen, die mit Einbuße an der Gesundheit erkannt werden müssen.

Die ferner Behauptung, daß von den Gemüsen erst nach ihrem Garlochen das Kochwasser abgegossen wird, beweist, daß Dr. Lahmann es nicht einmal weiß, daß — wenigstens bei uns — das Abbrühen dem Garlochen vorhergeht und nur ganz kurze Zeit, wenige Minuten lang, in bereits sturzelnd kochendem Wasser dauert, um die Blattrippen zu erweichen und das Blattgrün unschädlich zu machen, welches durch seine scharfen Bestandtheile das Blähende im Gemüse ist. Bei diesem Abbrühen, welches das Eiweiß coaguliert, unlöslich macht, gehen die nährrenden Stoffe des Gemüses nicht verloren. Das Gemüse wird also nicht ausgelaugt! Will man es auslaugen, so muß es in kaltem Wasser aufs Feuer gesetzt werden. Auch wird das Gemüse in kaltem Wasser, wenn es längere Zeit darin verweilt, theilweise ausgelaugt, und mehr als durch das schnelle Abbrühen in kochendem Wasser. Besonders verlieren dadurch die wilden Gemüse ihre Bitterstoffe, wie z. B. das Löwenzahnkraut, und werden genießbarer.

Da diese Behauptung Dr. Lahmann's das in

seiner früheren Behauptung Gesagte entwertet und theilweise widerlegt, ja derselben völlig widerspricht, so braucht nur bemerkt zu werden, daß wir in der (West-)Schweiz das Schmoren der Gemüse sehr wohl kennen, indem es die französische Art der Zubereitung und alt bekannt und bewährt ist. (Hat Herr Dr. Lahmann nie ein französisches Kochbuch in die Hand genommen und konultiert? Bekanntlich ist die französische Küche die beste, besonders für die Zubereitung der Gemüse.) Also gar nichts Neues. Nur muß es am richtigen Ort, d. h. bloß bei gewissen Gemüsen angewendet werden. Zudem kommt es bei uns höchst selten vor, daß die Gemüse mit langer Sauce verdünnt werden. Wie will Dr. Lahmann einen Toss Spinat, Mangold, Lattich &c. schmoren? Das Blattgemüse, ungebrüht, nimmt den 5- bis 6fachen Raum ein, den es abgebrüht beansprucht. In welchem Kochtopf könnte es, wie er angibt, auf einem gewöhnlichen, kleinen, bürgerlichen Kochherd zuerst dem Feuer genähert und endlich aufgesetzt werden? Man müßte dazu einen großen, weiträumigen Gasthof-Kochherd haben. Das sind alles Räthe, die nicht ausführbar sind, ganz abgesehen von der unsauberen und erweiternden gesundheitsgefährlichen Zubereitung solcher Gemüse!

Was nun den starkgedünnten Spinau betrifft, der nach Dr. Lahmann eine Ausnahme machen soll, so bedarf kein Gemüse des Abbrühens weniger und weniger lange, als gerade der Spinat, dessen Brühwasser fast ganz geschmacklos bleibt. Wie geschnörte Gemüse schmecken, haben wir bereits häufig erprobt. Aber in manchem Hause werden nicht alle Gemüse geschnört, sondern man läßt die Blatt- oder Krautgemüse, sowie scharfe Wurzelgemüse und Bohnen vorher leicht abbrühen. Daß Bohnen, Erbsen, Linsen &c. abgebrüht werden müssen und zwar in bereits kochendem, schwachen Sodawasser (wegen unserem harten Quellwasser), um sich nachher leicht kochen zu lassen und das Blähnen zu verlieren, das weiß jede gute Köchin und Hausfrau, und es dürfte Dr. Lahmann ein solches Gericht, auch ohne Salat zur besseren Verdauung (?), recht gut schmecken.

Und das Endergebnis? Am rechten Ort brühen und die vielhundertjährige Erfahrung reden lassen und nicht als neu anpreisen, was, am richtigen Ort und auf die richtige Weise angewendet, längst bekannt ist! (Schluß folgt.)

## Zur Frauenfrage in der Schweiz.

Von C. Lübeck.

(Fortsetzung)

**H**err Prof. Bücher führt in der Zeit von 1350—1460 in Frankfurt folgende Kategorien arbeitender Frauen auf: Kämmerinnen, Spinnrinnen, Weberinnen, Wirkrinnen, Tuchherstellerinnen, Wollenscheiderinnen, Leinenweberinnen, Schurmacherrinnen, Bandlerinnen, Bortenwirkerinnen, Schleierweberinnen (Schiermacherinnen), Schleierwähcherinnen und -Werkfärerinnen, Hosenstrickerinnen, Höselsstrickerinnen, Hutmacherinnen, Schneiderinnen, Näherninnen, Leinennäherninnen, Mantelmacherinnen, Flickscheiderinnen (leppin), Kürschnerinnen, Bettensbereiterinnen, Wächerinnen. Weiterhin scheint die Gesichts- und Licher-Industrie in ihren Händen gewesen zu sein; wir finden: Mattemacherinnen, Korbmacherinnen, Kärrzenmacherinnen (Fertigerinnen von Schwefelkerzen, Lichtmacherinnen), endlich Besenmacherinnen. — Im Kleinhandel kommen vor: Hockinnen, Selzerinnen, Seuf- und Eßigmengerinnen, Hühner- und Eierhändlerinnen, Milbinnen, Obsthändlerinnen, Käsehändlerinnen, Verkäuferinnen, Unterläuferrinnen, Altgewänderinnen, Kleiderhockinnen, Krämerinnen, selbst Haferhändlerinnen und Pfandsegerinnen. In den Badstüben Frankfurts bedienten 30 bis 40 Bademägde; ja man konnte sich zuweilen

selbst von zarten Händen rasieren und immer in den Weinchenen sich von weiblichen Münstanten, wie Lautenschlägerinnen und Schellenträgerinnen, etwas vorspielen lassen. Im XIV. Jahrhundert findet sich häufig eine weltliche Schulmeisterin, Lyse, die die Kinder leret, auch fux „lerern“ oder kindern, vielleicht eine mittelalterliche Kindergärtnerin. Endlich hat es während des ganzen XIV. und XV. Jahrhunderts wohl nie in Frankfurt an weiblichen Aerzten gefehlt. Zwischen 1389 und 1497 konnten nicht weniger als 15 Aerzinner mit Namen nachgewiesen werden, unter dieien 4 Judenträgerinnen und 3 Augenärztinnen. Verschiedener von ihnen werden sogar wegen Heilung städtischer Bediensteten Ehrenungen und Steuererleichterungen vom Rath be willigt. Einer der höchsten Träume unserer modernen Emanzipationsfreunde war somit im Mittelalter schon einmal volle Wirklichkeit.

Jedenfalls zeigten die Frauen, daß sie nicht blos in allen möglichen Gewerben thätig sein konnten, sondern auch in wissenschaftlichen Berufen. Wir sehen unter dem Eindruck einer starken, weiblichen Konkurrenz in vielen Gewerben und den damit zusammenhängenden niedrigeren Löhnen einen beträchtlichen Theil der Frauen, der auch in der Familie kein Unterkommen fand, eine Zuflucht in den Nonnenklöstern suchen, die ursprünglich Versorgungsanstalten für die Töchter des ärmeren Adels gewesen waren, jetzt aber die überschüssige Frauenwelt des höheren Bürgerstandes und des Patriziats aufnahmen. Singen, Lesen, Schreiben, Sprachlehre, Anstandsunterricht, das waren die Elemente der Klostererziehung; der Gottesdienst, das Nähen, Weben, Bortenwirken füllte die übrige Zeit der Nonnen aus. Hier und da beschäftigten sie sich auch mit dem Abschreiben von Büchern. Rämentlich aber waren die Stickschulen der Klosterfrauen berühmt, und die kunstvollen Gebüde ihrer Hände auf Weißgewändern, auf Decken und Wandhängen erregen noch heute unsere Bewunderung. Andere wohlhabende Frauen suchten sich durch Geld, indem sich mehrere von ihnen zu einer gemeinsamen Haushaltung zusammen thaten, einen jungenfreien Lebensabend als Freindinner zu schaffen. Die Frauen der ärmeren Klasse fanden in den sog. Gotteshäusern oder Befinenanstalten eine Zuflucht. Die Gotteshäuser (Gimungen, Sammlungen, Seelhäuser, Regelhäuser, Mädchhäuser, Convente, auch Klären) waren zu dem Zweck errichtet, eine bestimmte Anzahl armer und verlassener Frauen aufzunehmen. Die meisten dieser Gotteshäuser wurden zwischen 1250 und 1350 gestiftet. Die Zahl der Befinen ist unfindbar. In Frankfurt a. M. waren am Ende des XIV. Jahrhunderts über 200 Befinen vorhanden, d. h. 6% der erwachsenen weiblichen Bevölkerung. Von den bis 1330 gestifteten Straßburger Gotteshäusern konnten zwölf allein 195 Schweizer aufnehmen, alle zusammen boten für mehr als 600 Raum. Noch weit zahlreicher scheinen die Befinen am Niederrhein gewesen zu sein. Köln soll über 2000 gehabt haben, Nivelle und Cantibri bei Cambrai 1300 und ein Befinenhof bei Mecheln bis in die 1400 oder mehr. Soweit das Stiftungsvermögen nicht ausreichte, hatten die Frauen sich durch Arbeit zu ernähren, durch Stricken und Nähen, durch Spinnen und Weben. Mit den niederrheinischen Befinenhöfen waren regelmäßig Bleicheplätze verbunden. Häufig erhielten die Befinen obrigkeitliche Privilegien, um konkurrenzfähiger zu sein. Die Würzburger Befinen durften selbst fertiggestellte Tücher ellenweise verkaufen u. s. w. Ursprünglich in jeder Beziehung einfach und geachtet, entarteten die Befinen mit der Zeit auf die schlimmste Weise. Sie wurden eine Schnack ihrer Zeit und verschwanden mit der Reformation. (Schluß folgt.)

**Elegante Einbanddecken,**  
für jeden Jahrgang passend und auch während des Jahres  
als Sammelmappe dienend, für die

**Schweizer Frauen-Zeitung** . . . à Fr. 2. 20  
„Für die Jungen Welt“ . . . à Fr. —. 70

franko durch die ganze Schweiz.

**Verlag der Schweizer Frauen-Zeitung:**  
M. Hälimsche Buchdruckerei, St. Gallen.

Schweizerische  
Fachschule für Damenschneiderei und Lingerie  
Schipfe 32 ZÜRICH Schipfe 32.

— Jahres-Kurse —

zur Erlernung der Damenschneiderei und der Lingerie,  
sowie zur Ausbildung als Zuschneiderinnen.

— Spezial-Kurse —

von kürzerer Dauer

im Zuschneiden und Musterzeichnen für Schneiderinnen, im Kleidermachen für den Hausgebrauch (Tages- und Abendkurse), im Wäschezuschneiden für Weissenäherinnen und im Wäschennähen (Hand- und Maschinennähen) für den Hausgebrauch.

— Atelier —

für Damen- und Kindergarderobe, für einzelne Lingerie-Gegenstände und ganze Ausstattungen.

Der Jahreskurs 1891/92 beginnt am 4. Mai. Ueber die näheren Bedingungen zum Eintritt und die Dauer der einzelnen Kurse geben die Reglemente, welche durch das Bureau bezo gen werden können, näheren Aufschluss.

Schriftliche Anmeldungen mit Altersausweis sind spätestens bis 31. März an das Bureau der Fachschule (Schipfe Nr. 32) zu richten, welches zur Ertheilung weiterer Auskunft gerne bereit ist.

Der Präsident des leitenden Ausschusses:

C. Grob, Erziehungssekretär.



Spezialität in  
Completen Wascheinrichtungen  
und Maschinen für Haus und Küche  
Treppleitern in Hartholz, aus Rund- und Vierkantstäben.  
175] G. Leberer, Töss.

Der allein ächte Pfeffermünzgeist ist  
P' ALCOOL de MENTHE

DE RICQLES

Ist vorzüglich gegen Verdauungsbeschwerden, Magen-, Herz- und Kopfleiden etc. und in recht heissem Brustthee eingenommen, wirkt er erstaunlich gegen Schnupfen, Erkältungen, Grippe etc. 50jähriger Erfolg und 53 Auszeichnungen, worunter 29 goldene Medaillen.

Fabrik in Lyon, cours d'Herbouville, 9. — Haus in Paris, 41, Rue Richer.

— Man verlange den Namen RICQLES. —

(H 725 X) Es werden ebenfalls verkauft [127]

PFEFFERMÜNZ-PASTILLEN von RICQLES.

Grösstes Bettwarenlager der Schweiz  
J. F. Zwahlen, Thun. Gegründet 1866

Versende franko durch die ganze Schweiz gegen Post- und Eisenbahn-Nachnahme gut verpackt alle Sorten gefüllte Decken, Unterbetten, Kissen und Rosshaarmatratzen, jede verlangte Grösse. Sorgfältig entstaubt, gereinigte und gedörnte flauschige Bettfedern, Flausch, Matratzenhaar und Wolle. [126]

Auf Verlangen versende ich gerne die Preisliste. —

Kunst-Handarbeiten.

Broderien in weiss und bunt, in Seide, Silber und Gold; Wollen und Leinenstickereien für Leib-, Tisch- und Bettwäsche, wie für häusliche Gegenstände unter Garantie soignierter Ausführung, stylvoll und billigst. Application, Häckelarbeiten und geklöppelte Spitzen. Fabrication von Smyrna-Web- und Knüpfarbeiten (orientalische und persische Teppiche), als: Teppiche jeder Grösse, Vorleger aller Art, Schemel, Kissen, Möbelbezüge und Streifen u. s. f. Für Smyrna Prima Materialversand und schriftlicher Unterricht nach bewährtester Methode, nicht theurer als von auswärts. Eventuell Nachhilfe und Besorgung des Scheerens. Grosser Stickmusterverlag für alle Zwecke. — Proben und Stickmuster franco gegen franco zu Einsicht. Uebriger Versandt gegen Nachnahme. [58]

Für St. Gallen: Dépot bei Frau Allgöwer-Blau, Marktgasse 1. —

Diessenhofen.

Babette Kisling.

— Vorhangstoffe —

eigenes und englisch Fabrikat, crème und weiss in grösster Auswahl liefert billigst das Rideaux-Geschäft von — Muster franco —

21] Nef & Baumann, Herisau.

Gegen Husten und Heiserkeit.

PATE PECTORALE FORTIFIANTE

de J. KLAUS, au Locle (Suisse).

In allen Apotheken zu haben.

(H 4950 J)

Deutsches Töchterpensionat.

In einer schön gelegenen Ortschaft des Kantons Zürich wird mit 1. Mai 1891 ein **Pensionat für Töchter** eröffnet. Gründliche Bildung, christliches Heim. Prospekte. Jede weitere Auskunft geben bereitwilligst die Leiterinnen:

Frl. Lydia Hofmann | Ober-Uster.  
Frl. Emma Dietrich

Von den vielen bis jetzt angepriesenen

— Gesundheits-Corsets —

haben sich einzigt nur die

Gestrickten Gesundheits-Corsets

von E. G. Herbschleb in Romanshorn

als wirklich praktisch und gesundheitsgemäß bewährt.

Dieselben entsprechen allen von der **Hygiene** gestellten Anforderungen und geben, wenn in der Weite richtig gewählt, dem Körper eine **schöne Taille** und **festen Halt**, ohne irgendwie beengend zu wirken. Durch **vorzügliche Façon** und **elegante Ausführung** unterscheiden sich

Herbschleb's Gestrickte Gesundheits-Corsets

sehr vortheilhaft von allen anderen derartigen Fabrikaten: man achtet deshalb auf die **Fabrikmarke**. Zu haben in jeder bessern Corset-Handlung. [63]



Malaga oro fino, rothgold, Fr. 1. 80, do. superior Fr. 2. 20  
Jerez fino (Sherry, Xeres) „ 1. 70, do. Amoroso „ 2. 20  
Oporto fino (Portwein) „ 1. 70, do. extra super. „ 2. 20  
Madeira fino „ 1. 70, do. superior „ 2. 20  
per ganze Flasche incl. Packung, franco nach jeder schweizerischen Post- oder Bahnstation, in Kisten von 6 Flaschen an, versenden

Pfaltz & Hahn, Basel,

Südwein-Import- und Versandt-Geschäft.

44] Agenten und Wiederverkäufer an allen Orten gegen hohe Provision gesucht.

— Altstetter-Speisefett —

Unterzeichnete Gesellschaft betreibt seit zirka sechs Monaten eine eigene Schmelzerei von **Nieren- und Speisefett** und hat sich zur Pflicht gemacht,

nur ganz reine Waare

auf den Markt zu bringen, d. h. ein Fett, das von aller Beimischung an Öl, Schmalz etc. frei ist. — In Folge seiner Reinheit wird es, wenn er kalter, hart und spröde und kann nicht so leicht mit dem Löffel abgestochen werden, wie Schmalz oder sogenannter Kübelanzen. — Mit Butter gemischt, wird das Fett ausgezeichnet, mit reinem Schweineschmalz ebenfalls; selbst **allein** gebräucht schmeckt es ganz rein, dient zu allen Speisen, nur bei Sauen allein angewendet „kahlet“ es leicht.

Das Fett wird in jedem Quantum von fünf Kilo an abgegeben; der Preis ist ausserordentlich billig gegenüber allen den Fetten, welche in neuester Zeit in allen möglichen Gestalten eingeführt und empfohlen werden.

Das Kilo kostet nicht einmal so viel, wie ein Pfund frische Butter, und ersetzt diese bei den meisten Speisen vollständig. [215]

Altstetter bei Zürich, den 4. März 1891.

Gesellschaft schweiz. Metzgermeister für Haut- und Talgverwerthung.

Kanold's Tamar Indien

Abführende Frucht-Confitüren für Kinder und Erwachsene.

Appetitlich, wirksam! Bei **Verstopfung**, Kongestionen, Leberleiden, Magenschacht. Fr. 1.10, einzeln 20 Cts. — genbeschwerden, Hämorrhoiden, Migräne ärztlich empfohlen.

Nur ächt, wenn von Apotheker C. Kanoldt Nachfolger in Gotha.