**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung: Blätter für den häuslichen Kreis

**Band:** 15 (1893)

**Heft:** 12

**Anhang:** Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage 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: 27.10.2025** 

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

# Rod-& Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am driften Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Dv. 3

März 1893

### Tifdsfünden.

Ein berühmter Gelehrter, der seiner seltenen Kenntnisse ungeachtet, in den Gebräuchen der Welt ziemlich unersahren war, wurde eines Tages zu einem hohen Würdenträger zum Diner eingeladen und befand sich hier in sehr vornehmer, eben deshalb aber ihm ungewohnter Gesellschaft, da er mehr dem Umgange seiner Bücher als der Menschen lebte. Gleiche wohl hatte er die Schwäche, zu glauben, er besitze die seinste Lebensart und würde nicht durch sein Benehmen gegen die Forderungen der Etikette verstoßen. Er rühmte sich sogar dessen gegen einen Freund, der ebenfalls mit bei Tasel gewesen war, dieser aber entgegnet ihm lächelnd und neckend:

"Das bilden Sie sich nur ein, mein lieber Professor, denn Sic haben während des ganzen Diners einen Bock über den andern geschossen."

"Das ist nicht möglich!" entgegnete der Professor, halb gutmütig, halb verletzt. "Soll ich Ihren Worten glauben, so müssen Sie mir die einzelnen Punkte angeben, in denen ich gegen den mir sehr gut bekannten Gebrauch der Welt gesehlt haben soll."

"Wenn Sie es wollen, so bin ich dazu bereit," entgegnete sein

Freund. "Hören Sie also:

1. "Sie haben ihre Serviette ganz auseinander gelegt, und dann nicht nur über sich ausgebreitet, sondern auch noch mit einem Knoten im Knopfloche befestigt. Das ist aber durchaus unstatthaft, denn man entsaltet sie nur einmal und legt sie so auf den Schoß.

2. "Sie haben Ihre Suppe gegessen, indem Sie in der einen Hand den Löffel und in der andern die Gabel hielten. — Hilf Himmel,

Die Suppe mit der Gabel zu effen! Welch ein Ginfall!"

3. "Sie haben ein Ei gegessen und die Schale auf dem Teller liegen lassen, ohne Sie zu zerdrücken."

4. "Sie haben um Geflügel gebeten, Unglüchseliger, ftatt Suhn,

Rapaun, Rebhuhn 2c. zu verlangen."

5. "Ghe Sie sich etwas zu trinken einschenken ließen, haben Sie in Ihr Glas geblasen und es mit Ihrer Serviettte ausgewischt. Könnten Sie denn etwas Aergeres tun, als so Ihr Mißtrauen gegen die Reinlichkeit des Hauses zu beweisen? Mußte das nicht für den Herrn vom Hause, sowie für die übrigen Gäste sehr schmeichelhaft sein?"

- 6. "Sie sind gegen ihre Nachbarn, den Herrn v. R., sowie gegen mich selbst, sehr unhöslich gewesen, denn so oft man Ihnen einschenkte, ließen Sie es sich einfallen, unsere Gläser zu nehmen und sie vor dem Ihrigen süllen zu lassen, ohne daß wir Sie darum gebeten hatten. Wer sagte Ihnen denn aber, daß wir trinken wollten? Wer sagte Ihnen, daß wir lieber Wein tränken, als Wasser, oder lieber diesen Wein, wie irgend einen andern? Wie konnten Sie wissen, ob der Hausherr nicht vielleicht Jedem von uns, in Folge von besonderer Gunst, eine Bouteille von unserm Lieblingswein hatte vorsetzen lassen? Bei einer noch so bürgerlichen Mahlzeit würde man so etwas Unpassendes nicht tun dürsen."
- 7. "Sie haben, wie Sie sagen, den Schnupfen, aber der öftere Gebrauch, den Sie deshalb von Ihrem Taschentuche machen mußten, rechtsertigte keineswegs, daß Sie dasselbe, statt es jedesmal wieder in die Tasche zu stecken, neben sich über den Stuhl hingen; denn es ist nicht nur eine Unschicklichkeit, sondern eine Unreinlichkeit, und solch' ein Tuch gewährt einen ziemlich eckelhaften Anblick.
- 8. "Da Sie sehr langsam essen und nicht die Vorsicht begingen, sich kleinere Portionen als die übrigen Gäste, vorlegen zu lassen, mußte jedesmal, wenn ein neues Gericht zu präsentiren war, gewartet werden, bis Sie fertig waren. Finden Sie das etwa höslich? Sie hätten daher, sobald Sie sahen, daß außer Ihnen niemand mehr aß, auch wenn Sie noch nicht aufgegessen hatten, Messer und Gabel neben das Convert legen sollen, was für die auswartenden Bedienten das Zeichen ist, daß sie den Teller wechseln dürfen."
- 9. "Man hat Ihnen den Kaffee so heiß präsentirt, daß Sie ihn nicht gleich trinken konnten. Statt aber zu warten, bis er sich von selbst abgekühlt hatte, haben Sie ihn in kleinen Portionen in die Untertasse gegossen und aus dieser getrunken, was ganz gegen den Gebrauch ist. Unter allen Umständen darf man ihn nur aus der Obertasse trinken."
- 10. "Als Sie ausgetrunken hatten, haben Sie den Kaffeelöffel über die Tasse gelegt, was da, wo kein guter Ton herrscht, bedeutet, als: "Ich mag nicht mehr trinken!" was aber in einer Gesellschaft, in der Lebensart herrscht, nicht üblich ist. Hier muß der Löffel in der Untertasse liegen bleiben."
- 11. "Endlich, um allem Uebrigen die Krone aufzusetzen, haben Sie, als wir vom Tische aufstunden, Ihre Serviette sorgfältig zusammengefaltet auf Ihren Platz gelegt, als ob Sie sich einbildeten, daß man in

einem solchen Hause von der Serviette nochmals Gebrauch machen würde, ohne sie zuvor wieder zu waschen."

"Sie sehen also, lieber Professor, daß Sie sich elf arge Verstöße

zu Schulden kommen ließen."

Der Gelehrte war ganz verwirrt über die Vorwürfe, die sein Freund machte, aber er konnte nicht umhin, zuzugeben, daß sie begründet waren und er nahm sich vor, in Zukunft die Gebräuche der Welt eben so eifrig zu studiren, wie seine Bücher.

## Gift in der Küdje.

Vielleicht erscheint diese Ueberschrift im ersten Augenblick schreckenserregend, und doch vollzieht sich der Gebrauch und die Bereitung versschiedener Gifte fast in jedem Haußhalt auf eine so einfache, fast unmerkliche Weise, mehr durch Unterlassung als durch Tätigkeit hervorgerusen, daß die Wachsamkeit und der Kampf gegen diese in aller Heimlichkeit wirkenden

Uebel nicht ernstlich genug sein kann.

Da sind zuerst die Geschirre aus Kupfer und Messing: Kessel, Rasserollen, Pfannen aller Urt zieren die Rüchenwände und stehen glitzernd und glänzend auf den Borden neben einander. Alles ist blank genug, um die Besorgnis vor wirklich sichtbar in die Augen fallendem Grünspan auszuschließen. Unsere Großmütter hielten nicht weniger als wir auf bergleichen Schmuck in der Rüche, aber, fagt die "Gastwirt-Zeitung", "in der guten alten Zeit" fannte man weder Zuckerfäure noch Dleum; Rupfer und Messing und Zinn wurden einfach mittelst weicher Tuchlappen mit recht heißen Bierresten, Brantweinschlempe oder Molkenwasser, von Dienstboten fräftig gescheuert, sauber gespühlt und in der Wärme blank getrocknet. In unserer treibenden hastenden Zeit mit ihrer stets zunehmenden Bequemlichkeitsliebe greift man gern zu neuen Präparaten, welche die Arbeit wesentlich erleichtern. Dagegen kann auch kein vernünftig benkender, strebsamer Mensch etwas einwenden, aber man ist zu sorglos mit diesen mehr ober minder start wirkenden Giften, sie werden nicht forgfältig genug dem Bereich der Kinderhände entrückt; die Arbeiterin achtet selbst nicht auf die kleinen Verwundungen der Finger, welche die gröbere Handarbeit unvermeidlich zur Folge hat. Trot kleiner Riffe und Schnittwunden scheuert man achtlos mit ätzenden Flüssigkeiten, und sind dieselben zerstörend in das Zellengewebe eingedrungen, kümmert man sich selten um den ersten beißenden Schmerz, um die Anschwellung eines Gliedes, bis das Leben selbst bedroht und oft rettungslos verloren ist.

Sobald eine Hausfrau dergleichen Hülfsmittel wie Zuckerfäure oder Dleum zum Buten von Messing= und Rupfergeschirr benuten läßt, sollte fie dieselben auch gewissermaßen unter Aufsicht behalten und ihren oft unwissenden Dienerinnen die Gefährlichteit derselben wiederholt schildern. Diese Gefährlichkeiten sind noch greifbar und die Ermahnungen finden daher in den meisten Fällen Gehör. Selten jedoch versteht eine Röchin, daß Rafferollen und Reffel aus Rupfer und Meffing, welche so spiegelblank länger als einen Tag unbenutzt standen, nicht zum Rochen verwendet werden dürfen, che man sie im Augenblick des Gebrauchs nochmals stark mit Wasser und Sand oder Salz gescheuert hat. Auf diesem Geschirr bildet sich dem Auge gewöhnlich unsichtbar ein metallisches Gift, welches nach kurzer Zeit auf die verschiedenen Konstitutionen natürlich mehr ober minder heftig wirkt. Bart organisirten, nervosen Naturen verrät sich basselbe schon durch einen unangenehmen Geruch, welcher sich für den Geschmack bemerkbar allen in den Gefässen bereiteten Speisen mitteilt und Uebelkeit bis zum Erbrechen, heftige Leibschmerzen, kurz alle Anzeichen einer Grünspanvergiftung erregt. In der Kochkunst sind weder Rupfer= noch Messinggeschirre zu entbehren, doch kann man nie genug auf die eben bezeichnete wiederholte Reinigung berfelben, unmittelbar vor der Bereitung ber Speisen, dringen und dieselben nie schnell genug aus diesen Wefässen ausschütten, sobald bas wirkliche wallende Sieden aufhört. weniger dürfen Speisen darin erkalten; manches glückliche Familienleben ist durch diese scheinbar kleinen Nachlässigkeiten auf diesem Gebiet zerstört worden.

Auch andere Metalle erzeugen im Haußhalte verderbliche Gifte. Auf silbernen Löffeln, auf Stahlklingen, auf Zinn und Blech, bildet sich bei längerer Verbindung mit Obst- und Essissäure oder Fett ein der Gesund- heit schädliches Gift. — Sorgsame Haußmütter werden nicht zögern, auch ein leckres kostspieliges Mahl zu verwersen, sobald sie sinden, daß ein Löffel oder ein Messer in einer säuerlichen oder fetten Bratensauce oder in Compotschüsseln und Salat durch Unachtsamkeit liegen blieb. Es ist nicht ganz allgemein bekannt, wie tötlich gerade daß Fettgist wirkt. Es entwickelt sich ohne Beimischung fremder metallischer Stoffe, eigentlich aus sich selbst und tritt am gesährlichsten in nicht genügend geräucherter Fleischwurst und nicht völlig gar gekochter Leber- und Blutwurst auf, erzeugt durch Verwesung und Fäulnis der Fett- und Fleischteile, die sich dem Auge bei Cervelatwurst durch graue Farbe und Schimmelkeime, dem Geruch und Geschmack besonders bei Blut- und Leberwurst durch Säure tund gibt.

Zum Schluß muß in diesem Kapitel von den Giften in der Küche noch der Essig Erwähnung finden. Der wohlfeile Essig, von welchem

man einen Liter für wenige Ets. kauft, sollte nie zur Speisebereitung verwendet werden, da er oft aus schädlichen, vegetabilischen und mineralischen Säuren fabriziert wird. Doch auch der wirklich gute Wein- und Fruchtessig unterliegt oft bedenklichen Wandlungen. Durch Nachlässikeit der Dienstboten bleibt die Essigsslasche oftmals unverforkt oder sie wird nicht genügend
ausgewaschen, ehe neuer Essig hineingegossen wird. In beiden Fällen
werden sich sehr bald Essigaale bilden, kleine aalähnliche Würmer, welche
sich mit äußerster Lebendigkeit in der Flüssikeit auf und nieder bewegen
und wenn sie durch den Essig in die Speisen übertragen sind, nach dem
Senuß derselben teils heftige Schmerzen, teils längeres Siechtum verursachen.

## Die Verdaulichkeit der Speisen.

In fast jeder Familie gibt es Personen, welche nicht zum besten versdauen. Auch ist es ein Vorteil, die Speisen derart wählen zu können, daß sie dis zur nächsten Mahlzeit im Interesse Wohlbefindens versdaut sind. Gar viele verdanken ihren schlechten Magen dem Umstande, daß sie wieder essen, ehe die vorhergegangene Mahlzeit verdaut ist. Die frischen Speisen kommen mit dem noch unverdauten Speisebrei im Magen zusammen, und sühren derartige Gewohnheiten zu dauernden Magenübeln. Es dürste deshalb im Interesse eines jeden verständigen Menschen liegen, in der Regel nicht eher wieder zu essen, die vorhergegangene Mahlzeit verdaut ist.

Es bedarf nach Dr. Klenke's "Chemisches Roch- und Wirtschaftsbuch"

zum Berdauen:

1 Stunde: Gekochter Reis. Reis ist also diejenige Nahrung, die

sich gekocht am besten verdaut.

1 Stunde und 30 Minuten: Geschlagene Eier, Gerstensuppe, gebratenes Wildpret, weichgekochte Aepfel und Birnen, Aepfel als Mus gekocht, gekochter Lachs und gekochte Forelle, Spinat, Spargel, Sellerie, durchgeriebener Erbsen- und Bohnenbrei, Gerstenbrei, Hafergrütze.

1 Stunde 35 Minuten: Gekochtes Gehirn und gekochter Sago.

2 Stunden: Gekochte Milch, rohes Ei, gekochte Gerste, gebratene Ochsenleber, gekochte saure Aepfel, gekochter Stockfisch.

2 Stunden 15 Minuten: Fische, ungekochte Milch, gekochter Truthahn.

2 Stunden 30 Minuten: Gebratener Truthahn, gebratene wilde Gans, gekochtes Lammfleisch, gebratenes Spanferkel, geröftete Kartoff in, in den Hülsen gekochte Beetbohnen, große Bohnen, Erbsen Linsen.

2 Stunden 45 Minuten: Pudding von Giern und Milch, geröftetes,

zartes Rindfleisch, Hühnerfricassee und Auftern.

3 Stunden: Weich gesottene Gier, geschmortes Hammelfleisch, roher Schinken, Beefsteak, gebratenes, mageres Rindfleisch, gebratener Barsch, gebratene Steinbutte und Scholle, Kuchen.

3 Stunden 15 Minuten: Ochsenbraten, Roastbeef, getochte Mohr=

rüben, Salate, Rohl.

3 Stunden 30 Minuten: Gebratenes Schweinefleisch, frisch gesalzenes Schweinefleisch, geschmolzene oder gebratene Butter, hart gesottene Eier, alter Käse, frische Bratwurst, gekochtes Kindsleisch, eingesalzenes Kindsleisch, gekochte Kartoffeln, gekochte weiße Küben, Hammelfleisch-Suppe, gekochter Weißkohl, frisches Weizenbrod, gekochter Meerrettig, gekochte Zwiebeln.

3 Stunden 45 Minuten: Gekochtes fettes Rindfleisch, Butterbrod

mit Raffee.

4 Stunden: Gekochtes und gebratenes zahmes Geflügel, Kalbsbraten, Hammelbraten, Rindfleischsuppe, gesalzener Lachs, trockenes Brod mit Kaffee.

4 Stunden 15 Minuten: Wildes Geflügel, Schweinefleisch mit Ge-

müse gefocht.

4 Stunden 30 Minuten: Gekochtes und zartes Hammelfleisch, frisch=

gesalzenes Böckelfleisch und Sauerfraut.

5 Stunden: Sehr hart gesottene Eier, gebratene Rauchwurst, zäher Kalbsbraten, gebratenes altes Hammelfleisch, gekochte Sehnen, Häute, Därme, Ochsentalg, Steinobst, Kirschen, Pflaumen, Rosinen, Mandeln, Vilze, Nüsse, Hülse, Hülse, Hülsen von Hülsenfrüchten.

6 Stunden: Altes Pöckelfleisch, gebratene Neunaugen und gebratener

fetter Nal.

Aus dieser Uebersicht geht also für die Hausfrauen einmal die Lehre hervor, schwächlichen Leuten nichts vorzusetzen, woran sie über vier Stunden mit der Verdauung zu tun haben. Zusatz von viel Del, Fett und Säure erschwert die Verdauung; dagegen wird dieselbe gefördert durch Zusatz von Salz und Gewürzen.

## Für Küche und Haus.

Seisenspiritus ist beliebt zum Einreiben bei rheumatischen Schmerzen, als linderndes Mittel bei Duetschungen, Verrenkungen 2c. Die Bereitung geschieht folgendermaßen: In eine  $1^{1}/4$  Kg. Flüssigkeit fassende Glasslasche bringt man 160 gr. reine, weiße, geschabte Seise und  $^{3}/4$  Kg. starken Branntwein. Die Deffnung der Flasche verbindet man mit nasser Blase, steckt durch dieselbe eine Nadel, stellt sie auf Stroh in einen mit Wasser gefüllten Topf und erwärmt das Wasser auf etwa 30 Grad. Eine

Stunde wird das Wasser in dieser Temperatur erhalten, dabei wird die Flasche von Zeit zu Zeit geschüttelt, damit sich die Seise völlig auflöst. Wenn dies geschehen ist, schüttet man 16 gr. gereinigte Pottasche hinein, schüttelt um, verschließt die Flasche wieder, bringt sie nochmals in den Topf mit heißem Wasser, läßt dann erkalten und abklären und gießt das Klare vom Bodensatz ab. Will man den Seisenspiritus wohlriechend haben, so setzt man von Citronens, Bergamotts und Lavendelöl je acht Tropfen zu.

Schwimmprobe ser Eier. Zu dieser stellt man eine aus 120 Gramm Kochsalz auf 1 Liter Wasser zusammengesetzte Lösung her. In dieser sinken frischgelegte Eier langsam völlig zu Boden, solche, die einen Tag alt sind, sinken nicht ganz unter, ältere Eier halten sich auf der Oberstäche und ganz alte strecken zuerst das breite Ende nach oben, die zuletzt ganz und gar auf der Flüsigkeit schwimmen. Um zu prüsen, ob Eier als haltbar zur längeren Ausbewahrung anzusehen sind, stellt man eine Lösung her aus 1 Teil Kochsalz und 10 Teilen Wasser. Die hierin zu Boden sinkenden Eier taugen gut zum Ausbewahren.

Fleischertract. Die Frau eines jeden Landwirts, der es daran gelegen ist im Bedarfsfalle in wenigen Augenblicken eine kräftige Suppe herzustellen, weiß Liebig's Fleischertract am besten zu schätzen. Bei schlechtem Wetter und schlechten Wegen, wo der Verkehr erschwert ist, so daß man den Vorrat an Lebensmitteln oft auf längere Zeit in's Haus nehmen muß, empfindet sie ganz besonders die Vorzüge dieses bekannten Zusatmittels, welches Suppen, Saucen, Gemüsen und Fleischsspeisen Würze und Wohlgeschmack verleiht. Auf dem Lande läßt man daher auch selten den Fleischertract ausgehen.

Frucktgelee. Aus den Schalen und den schadhaften (angefaulten) Stellen nebst Kerngehäuse der Aepsel und Birnen, die man zum Kochen gebraucht, läßt sich ein sehr gutes Gelee bereiten. Die Schalen 2c. der vorsher sauber gewaschenen Früchte werden mit so viel Wasser, daß es gerade zusammengeht, tüchtig durchgekocht und in einem saubern Tuch ausgedrückt. Der Sast wird dann mit ½ bis ½ seines Gewichts Zucker zum Feuer gestellt und gekocht, bis er dicklich ist. Der Geschmack kann durch Beisgabe von etwas ganzem Zimmt, Zitrone oder ein wenig Weinessig versändert werden.

Linzertorte (Telfs). 12 Loth frische Butter schaumig gerührt, 12 Loth Jucker, 12 Loth Mandeln sein gestoßen, 3 Gier, 6 Loth gestoßener

Zwieback, gewöhnliche Zitronenschale und zuletzt 6 Loth Mehl. Zwischen beide Ruchenlagen kommt dünn gestrichene Confiture.

Verhefferte Methode zum Konserviren der Gier. Gine erfahrene Hausfrau teilt uns mit: Seit einigen Jahren bin ich von der alten Methode, die Gier in Kalk einzulegen, abgegangen, da folche in Kalk einen eigentümlichen Geschmack annehmen und beim Berausnehmen immer ein großer Ich verwende seitdem ausschlieglich Wasserglas, Verluft zu beklagen ift. wie solches bei Materialisten für billigen Preis zu haben ist, und nehme zum Einlegen von ca. 100 Gier eine Mischung von 3/4 Liter Wasser= glas und 9 Liter Wasser. Nachdem die Gier in einem Steinguttopfe oder Rübel eingelegt sind, werden sie einfach mit der Lösung übergossen und in den Reller gestellt. Derartig behandelte Gier halten sich bis April-Mai und können in der Rüche und zu jeder Art Bäckerei wie frische Gier verwendet werden. Selbstverständlich muß die Flüssigkeit 2-3 Centimeter über die Gier reichen. Jede Hausfrau, welche einmal nach meinem porstehenden Rezept gehandelt hat, wird nie mehr zu einem andern Mittel greifen, da die fehr kleine Ausgabe in gar keinem Berhältnis steht gegenüber dem Verluft beim Aufbewahren in Ralt.

Deinstecke entfernt man aus Tischzeug, indem man die befleckten Stellen möglichst frisch in siedende Milch taucht und dann in warmem Regenwasser ohne Seise wäscht.

Plussige Schuhwichse bereitet man leicht aus folgenden Bestandteilen: 4 Liter Alkohol, 750 Gramm weißen Terpentin, 2 Kilogramm Schellack, 126 Gramm venetianischen Terpentin, 125 Gramm settes Del, 50 Gramm Lampenschwarz tüchtig vermengt.

Befrorene Frückte, Gemüse, Eier aufzukauen. Dazu wendet man in Frankreich folgendes Verfahren an: Man giebt frisches Wasser in ein Gefäß, giebt 2 Hände voll Küchensalz hinein und legt, ist dies aufgelöst, die Früchte u. s. w. hinein. Wie behauptet wird, sollen die gefrorenen Sachen nach kurzer Zeit ihr frisches Aussehen wieder haben.

Von Mahlzeiten übrig gebliebene Kartoffeln werden mit etwas Wasser zu steisem Brei gerührt und 1/4 so viel Mehl darunter getan, der Teig ausgerollt, in Streisen geschnitten, getrocknet und dann entweder mit Milch, Fleischbrühe, Bier oder Wein als Suppe gekocht, oder sein gemacht, als vorzügliches Mehl zu Gebäcken benutzt.