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

Band: 15 (1893)

Heft: 16

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: 10.01.2026

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | No. 4 | April 1893

Borge nicht!

Wer das, was er konsumirt, nicht bezahlt, sondern auf Kredit entnimmt, verzehrt heute schon, was er in den nächsten Tagen erst verdienen will, und das ist immer unklug, denn man soll nur über das verfügen, was man tatsächlich besitzt. Es hat jeder Tag seine Bedürfnisse, die Du in vielen Fällen nicht vorher bestimmen kannst; wenn Du aber heute schon verzehrest, was Du erst später verdienen willst, so mußst Du Dir später Entbehrungen auferlegen, um Deine Schulden bezahlen zu können. Das Kaufen auf Kredit ist auch sehr gefährlich; es ist so bequem Ausgaben zu machen, ohne den Beutel zu ziehen und wer dies zu tun pflegt, verläßt sich häufig, ohne nähere Prüfung seiner Verhältnisse auf die Hoffnung, am Tage der Zahlung seiner Verpflichtung nachkommen zu können, diese unklare Hoffnung verleitet ihn aber zum Erwerbe von Dingen, deren Preis seine Mittel überschreitet und er ist, namentlich wenn noch unvorhergesehene Fälle notwendiger Art sein Einkommen belasten, nicht in der Lage seinen Verpflichtungen nachkommen zu können; er kommt in den Ruf eines unsoliden Menschen, verliert seinen Kredit und wenn er nicht rasch Einhalt tut, so ist er dem wirtschaftlichen und damit oft auch dem moralischen Untergange verfallen! Du wirst seltener in die Versuchung des Borgens fallen, wenn Du vorher die Folgen erwägst.

An die Sonne!

Aengstliche Seelen fürchten die Frühlingssonne; es wird ihr nachgesagt, sie verbleiche die Farbe der Kleider und der Teppiche; sie schade den Möbeln und verunziere die menschliche Haut mit braunen Flecken. Dennoch wird ihr ein gutes Teil Kraft zugeschrieben und das mit Recht. Merkwürdig ist indes, daß nur die weniger angenehmen Wirkungen so sehr in Betracht gezogen werden. Das sind doch nur Kleinigkeiten, denen leicht begegnet werden kann. Die wohltätige Einwirkung der Sonne ist

unermeßlich. Sie zerstört die Krankheitskeime und erweckt neues, frohes Leben, überall, wo sie hinkommt. Unwillkürlich sucht das Alter die Sonne, das wärmt und prickelt die steifen Glieder, das zieht die Wintergebresten aus dem Körper und ölt die Gelenke wie nichts anderes so. In unwiderstehlichem Drang gehen auch die Kinder an die Frühlingssonne. Was fragen die nach Sommersprossen und derlei Kleinigkeiten — im Sonnenlichte wollen sie sich baden, sie bedürfen des kraft- und lebenspendenden Elementes. Wer Angst hat für der Kinder zarte, weiße Haut, der schütze den Kopf mit einem großen, leichten, luftdurchläßigen Hute. So laßt sie springen und sich tummeln an der Sonne. An die Sonne mit den Decken und Betten und der Wäsche; an die Sonne aber nicht nur das Neue und Schöne, sondern auch das Alte und Geflickte. Die Möbel und Kleider mögen mit leichten Tüchern bedeckt werden, damit die Farben nicht notleiden. Die Teppiche kehrt man um oder bedeckt sie ebenfalls mit Tüchern, aber laßt die Sonne dazu scheinen. Ein gut durchsonntes Zimmer ist die beste Heilquelle, ein Gesundbrunnen für Jung und Alt, es schafft Arbeitsfreude und Arbeitskraft.

Fertiges Braunmehl.

Ungeübten Köchinnen macht das Rösten oder Einbrennen des Mehles viel Verdruß. Sie bringen es nicht zu gleichmäßiger Farbe, brauchen dazu unverantwortlich viel Fett und anstatt gleichmäßig fein, wird ihnen das Mehl knollig und teilweise hartklumpig. Aus solch eingebranntem Mehl kann selbstverständlich keine zarte Suppe oder feine Sauce hergestellt werden. Dieser Uebelstand hat schon manchen Küchenbeflissenen ihre Arbeit vergällt und sie vom Kochen derjenigen Speisen abgehalten, zu denen eingebranntes Mehl erforderlich ist. Diesem Mangel abzuhelfen ist ein kluger Kopf auf den guten Gedanken gekommen, beste Qualität Weizenkörner zu rösten und solche dann zu Mehl zu vermahlen. Der Erfolg dieser Prozedur ist vorzüglich. Das Mehl in schöner, goldgelber Farbe ist von feinstem Wohlgeschmacke, würzig und ausgiebig. Die in kürzester Zeit damit hergestellten Suppen und Saucen sind tadellos zart und sehr schmackhaft. Vermöge seiner guten Qualität und seiner großen Vorzüge in der Verwendung hat sich das in der Fabrik von Rudolf Rist in Altstätten hergestellte Braunmehl bereits in den Hotelküchen und in den verschiedenen Anstalten und Pensionen eingebürgert. Wir machen ganz speziell die Hausfrauen auf dieses neue Erzeugnis aufmerksam; sie werden uns dafür Dank wissen.

Kochanleitung zur Herstellung eines Bratens im Müller'schen Selbstkocher.

Man machte die Erfahrung, daß Manche im Selbstkocher keinen guten Braten zu Stande bringen. Das liegt in der Behandlung. Vorerst nehme man ein richtiges, gut abgelagertes Bratenstück. Man klopfe es allseitig, bis es ein glattes, viereckiges Stück ist. Auf das sehe man besonders. Gesalzen kann es werden nach eigenem Gutfinden, entweder vor dem Klopfen oder erst, wenn es auf einer Seite gut angebraten und zuerst beträufelt ist, das Salz zieht sich dann besser ein. Man nehme eine flache, niedere Eisenpfanne, nimmt man eine höhere, so wird das Fleisch seitwärts vom Dampf erhitzt, was einen stärkern Saftaustritt bewirkt, der vermieden werden sollte. Das Fett muß rauchheiß sein, ehe man das Fleisch einlegt. Sodann brät man es auf allen 6 Seiten hübsch dunkelgelb an. Man wende es ja nicht, bis eine Seite allemal hübsch braun ist, sonst würde man wieder bewirken, daß mehr Saft austräte. Die angebratenen Seiten werden fleißig mit dem Bratensaft überpinselt, und damit die nebenanliegende Sauce nicht brandig werde, stößt man das Stück von Stelle zu Stelle. Dies Anbraten berührt rings nur die Oberfläche, auf das Weichwerden hat es noch keinen Einfluß. Letzteres bezweckt man erst dadurch, daß man das angebratene Stück in die Kocher-Casserole legt, in der Eisenpfanne das klare Fett abgießt und von der braunen Jus eine ganz kurze, kräftige Sauce bereitet, welche nun kochend über den Braten gegeben wird. Sodann wird die Casserole gedeckt und der Braten, je nach der Sorte Fleisch und dem Stück, 5—20 Minuten vorgekocht. Z. B. Roastbeef oder Entrescotes, wenn man sie rötlich haben will, läßt man nur 5 Minuten im vollen Dampfe kochen, Kalbsbraten 10—15 Minuten, je nach der Größe des Fleischstückes. Schweinsbraten 15—20 Minuten. — Man plazire den Braten stets zwischen zwei heiße (mit Inhalt versehene) Kochergefäße. Im Kocher verbleiben sie 3 Stunden und auch länger.

Das Aufwärmen von Speiseresten geschieht ohne Weiteres derart, daß man die betreffende Casserole zwischen zwei heiße Gefäße in den Kocher stellt. In einer Stunde ist die Speise gut und schmeckt wie frisch.

Puddings kann man im Kocher nur in Formen kochen. In Servietten verflachen sie sich nach dem Herausnehmen. Man kann jede beliebige Form dazu gebrauchen, zumal ein Deckel gar nicht nötig ist über der Form. Sie geraten, offen in das kochende Wasser gestellt und nur rasch auf starke Dampfströmung gebracht, ganz ausgezeichnet. Wollte man sie länger kochen, so müßte man sie bedeckt in's Wasser beisetzen.

Der Wasserstand bei eingesetztem Topf muß kaum die halbe Höhe des letztern erreichen.

Setzt man nur 1 bis 2 Gefäße ein, so lege man unter den Bodenfilz und über den innern Schlußdeckel ein selbstzufertigendes Watte-, Woll- oder Federkissen.

Das sogenannte Vorkochen kann bei solchen Speisen, welche einer längern Hitzeeinwirkung bedürfen, dadurch erleichtert werden, daß man sie, wenn die starke Dampfentwicklung erreicht ist, sofort einsetzt. In der ersten halben Stunde wirkt die Hitze soviel wie bei Kleinfeuer. Nach Ablauf der vorgeschriebenen Kochzeit oder auch etwas später setzt man sie nochmals auf's Feuer bis zur starken Dampfentwicklung, sodann setzt man sie endgültig ein. Nimmt man sie aber vor Ablauf der bestimmten Vorkochzeit heraus, so läßt man sie, wenn der Kochgrad wieder erreicht ist, weiter kochen bis die Zeit voll ist. — Diese Behandlungsweise ist bei Petrol- und Gasfeuer besonders zu empfehlen.

Hausfrauen!

Wenn Ihr die große Frühlingswäsche besorgt und mit Strecken, Mangen, Glätten fertig seid, so seid nicht pressirt die Stücke aufeinander zu legen und bundweise in die Schränke einzuordnen, sondern laßt die Sachen noch einige Stunden ausgebreitet der Luft und der Sonne ausgesetzt. Wenn Ihr die eben fertig gestellten Wäschestücke zu schnell einräumt und einschließt, so dürft Ihr darauf rechnen, daß sich Moderstreifen und Stockflecken darin bilden. Wäsche, die zu wenig ausdünsten und nachtrocknen konnte, wird ohne daß sie gebraucht wird beim liegen in Schränken und Schubladen mürb und die Faser zerfällt vor der Zeit.

Der ländliche Gemüsegarten.

Wer Gelegenheit hat, zu beobachten, wie man oft gerade auf dem Lande die feineren Gemüse kaum dem Namen nach kennt, wie in mancher wohlhabenden Bauernfamilie wochenlang das gleiche Gemüse Tag für Tag auf dem Tische erscheint, der kann sich der Einsicht nicht verschließen, daß eine überall in Angriff genommene theoretische und praktische Belehrung über rationellen Gemüsebau dringend von Nöten ist. Kartoffeln, Kraut, Räben, Bohnen und Salat sind oft die einzigen Gemüse, welche die Bäuerin pflanzt und auf den Tisch bringt. Aufmerksame, strebsame Mädchen vom Lande, die aus irgend einem Grunde in eine sorgfältig geführte Küche gestellt werden, sieht man oft staunen über die Manigfaltigkeit der zur Verwendung gelangenden Gemüse und sie bedauern lebhaft,

daß diese und jene Gemüsepflanze, die so vortrefflich schmeckt, bei ihnen daheim nicht angepflanzt wird. Gerne würden sie das Gute zu Hause einführen, sie wollten sich die Mühe des Pflanzens nicht verdrießen lassen, wenn es ihnen nur nicht an den nötigen Kenntnissen fehlte. Für landwirtschftliche Bezirke sollten daher mit den jetzt mehr und mehr in Aufnahme kommenden Kochkursen, praktische Gemüsebaukurse Hand in Hand gehen. Gewiß würden dieselben allerwärts lebhaft begrüßt und dankbar benützt werden.

Aus alter Zeit.

Zu Ende des 11. Jahrhunderts betrachtete man es als eine Strafe des Himmels, daß die aus Konstantinopel stammende Frau des Dogen von Venedig, welche die Speisen nicht mit den Fingern anfaßte, sondern mit goldenen Gäbelchen in den Mund steckte, von einer garstigen Krankheit ergriffen wurde. Die Geistlichkeit predigte gegen die Gabel als sündhafte Ueppigkeit. Noch Erasmus von Rotterdam rät in seinen Anstandsregeln, die Speisen mit drei Fingern, mit einer Brotkrume oder dem Löffel zu ergreifen. Teller und Trinkgeschirre waren in früherer Zeit meistens aus Holz und ließen an Reinlichkeit viel zu wünschen übrig. Eine luzernische Verordnung von 1315 hielt die Wirte zu wenigstens allwöchentlicher Reinigung der Gläser an! Vornehme Reisende führten stets eigenes Trinkgerät mit sich, gingen jedoch, wie es scheint, damit sparsam um. Als Kaiser Sigismund 1414 die Stadt Bern besuchte, mußte er mit dem Herzog von Savoyen aus einem Glase trinken.

Ein neues, feines Wurzelgemüse.

Stachys tuberifera (Choro Gi).

Diese aus Japan stammende Pflanze liefert ein ausgezeichnetes Wurzelgemüse, das seines reichen Ertrages und seiner fast mühelosen Pflanzung willen vollste Beachtung verdient. Die Knöllchen werden im Frühjahr in Abständen von einem Fuß je zu 3 oder 4 in ein Gartenbeet oder in's freie Land gesetzt und zwar in einer Tiefe von 0,10—0,15 cm. Sie treiben sehr bald ein dichtes, grünes Laub das der wilden Münze gleicht. So läßt man sie den ganzen Sommer stehen und hat nur die Pflanzung rein zu halten und ihr nach Belieben hie und da einen Düngerguß zu geben. Die Knöllchen entwickeln sich erst im Spätherbst und hängen dann an einer Staude bis zu 100 Stück. Vom November an können sie geerntet werden. Man kann den ganzen Vorrat in der Erde lassen oder beliebig davon einkellern. In letzterem Falle muß man sie im

Sande aufbewahren, da sie sonst den feinen Geschmack und die weiße Farbe verlieren. Gekocht haben sie große Aehnlichkeit mit Schwarzwurzeln und Blumenkohl.

Zubereitung der Stachys. Die Knöllchen werden einige Zeit in Wasser eingeweicht und vermittelst eines Bürstchens sauber gewaschen. Dann siedet man sie in Salzwasser weich, wozu ca. 10 Minuten erforderlich sind, zieht sie heraus, läßt sie in einer guten Buttersauce kurze Zeit aufkochen und giebt sie zu Tische.

Zur Abwechslung können sie auch in einem Backteig getaucht und gebacken servirt werden.

Die Knöllchen sind jetzt in jeder besseren Samenhandlung erhältlich.

Für Küche und Haus.

Käsreis. 1/2 Kilogr. Reis wird in gesalzenem Wasser gekocht und auf ein Sieb geschüttet. Der Reis wird lagenweise in eine gut mit Butter ausgestrichene ofenfeste Schüssel gegeben, eine gute Sorte Reibkäse dazwischen gestreut, das Ganze mit einer Mischung von 2—3 Eiern und einer Tasse Milch oder Rahm übergossen und im Ofen heiß gemacht.

*

Einfache Suppenklöße. Ein Stück süße Butter von der Größe eines halben Eies wird schaumig gerührt und unter beständigem Rühren ein ganzes Ei und das Gelbe von einem solchen, 3 Eßlöffel voll Mehl, fein gewiegte Petersilie, sowie das nötige Salz beigegeben. Der Teig wird 10 Minuten geschlagen und davon werden kleine Klößchen in siedende Fleischbrühe gesetzt. Kochzeit 10 Minuten.

*

Fleischbrühsuppen mit Speckklößchen. Zwei in dünne Scheiben geschnittene 5er Brödchen werden mit lauer Milch angefeuchtet, 250 Gramm durchwachsener, geräucherter, gekochter Speck in sehr kleine Würfelchen geschnitten und unter das Brot gemischt, hierauf 2 Eier, ein zerrriebenes Brötchen, etwas Salz, eine kleine Prise weißer Pfeffer und ein Löffel Mehl wird unter die Masse gerührt. Wenn alles gut vermengt ist, werden mit einem Löffel Klößchen abgestochen oder mit bemehlten Händen Klößchen geformt, die in siedendem Salzwasser abgekocht und nachher in die heiße Fleischbrühe gelegt werden. Diese Suppe ist bei Herren sehr beliebt. Die Klößchen erfordern eine Viertelstunde Kochzeit.

Geflügelragout. Ein Stück Geflügel wird ca. eine Stunde in siedendem Salzwasser weichgekocht, dann zerlegt und in die Wärme gestellt. Die Brühe wird durchpassirt und ca. 1/4 Stunde stehen gelassen. Dann röstet man etwas Mehl in Butter hellgelb (ca. 50 g Butter in 30 g Mehl), giebt etwas gehackte Zwiebel, 2 Lorbeerblatt, 1 Petersilienwurzel, 1 Citronenscheibchen und die Brühe hinein und läßt alles kochen; wenn nötig, gießt man noch etwas Wasser zu und passirt die Sauce nochmals, worauf man ein Glas weißen Wein dazu gießt, das Fleisch darin aufkochen läßt und anrichtet. (Die Sauce muß hell bleiben). Zu empfehlen bei nicht mehr ganz jungen Tieren.

*

Sauerampfersuppe. Sauerampfer und zur Hälfte Kopfsalat oder Spinat wird nach dem Waschen und Abtropfen fein gewiegt. In Butter wird etwas Mehl goldgelbgeröstet, das gewiegte Grünzeug dazugegeben und alles in's kochende Wasser oder Fleischbrühe geschüttet. In der Suppenschüssel wird ein Ei mit etwas Milch verklopft und die Suppe unter Rühren darüber angerichtet. Es schmeckt auch gut geröstete Brotwürfel darein zugeben.

*

Obstsauce. Einige Löffel Konfitüre oder Fruchtsyrup werden mit 1/4 Liter heißem Wein und 50 Gramm Zucker gut verrührt.

*

Dauerhafte Signaturen für Pflanzen im Freien. Man schreibt den gewünschten Namen auf ein passendes Stückchen Karton, legt dieses in Leinöl oder Leinölfirniß und lasse es an der Luft trocknen. Die Masse wird wie Horn und trotzt den Witterungseinflüssen.

*

Gegen die Motten, die vom April bis Oktober fliegen, leistet eine Räucherung mit frischem Insektenpulver die besten Dienste. In erster Linie aber müssen die Sachen gut geklopft und gebürstet werden, dann bringt man sie zusammen in einen gut geschlossenen Raum, schüttet Insektenpulver auf glühende Kohlen und sorgt, daß es recht dampft. Wer seine Wintersachen, Teppiche, Pelze, Kleider u. s. w. jeden Monat in der angegebenen Weise nachsieht, der wird durch Mottenfraß an seinem Eigentum nicht geschädigt werden.

*

Mittel gegen feuchte Hände. Ein einfaches gutes Mittel gegen feuchte Hände besteht darin, daß man dem Waschwasser zuweilen etwas Honig oder einige Tropfen Terpentin, wodurch die Hände weich werden, beisetzt. Beim Arbeiten kann man sich die Hände ab und zu mit sogenanntem Bärlapp oder Speckstein abreiben.

Schaffleisch mit Zwiebelgemüse. Für einen Tisch von 5 Personen werden 1½ Kilo mageres Hammelfleisch (eine kleine Keule findet dabei eine bessere Verwendung als beim Braten) in Portionsstücke geteilt, die man mit Folgendem in einen Topf schichtet: 1 gehäuften Suppenteller voll geschälten und in Viertel geschnittenen Zwiebeln, die man auch blanchiren kann, ein Eßlöffel voll Kümmel, genügend Salz, einigen Mohrrüben, Pfeffer und englisch Gewürz, dies beides wird in ein Stückchen Mull gebunden, damit man es vor dem Anrichten entfernen kann. Darauf gießt man reichlich Wasser, denn man muß auf starkes Einkochen rechnen, und einen Theelöffel Rhum zu. Etwa ¼ Stunde vor dem Anrichten rührt man einige Löffel geriebene Semmel zur Sauce, um diese seimig zu machen. Durchgeschlagen wird sie nicht, sondern das Fleisch kommt mit den zerkochten Zwiebeln auf den Tisch.

*

Gute und billige Kartoffelklöße. Kartoffeln werden am Abend vorher abgekocht, geschält und am nächsten Morgen gerieben. Auf vier Teile Kartoffeln rechnet man knapp ein Teil Weizenmehl. Dies wird mit Salz und gerösteten Semmelwürfeln gut vermischt, ohne jeglichen Zusatz von Sahne oder Eiern. Aus der Masse formt man durch festes Drücken und Drehen Klöße von der Größe einer gewöhnlichen Obertasse. Sie müssen eine Viertelstunde in Salzwasser kochen, wobei man sie, ehe sie sich heben, öfter mit dem Schaumlöffel vom Boden rühren muß. Sehr gut schmecken diese Klöße aufgebraten als Abendbrot.

*

Wanzen zu vertreiben. Als ein ganz vorzügliches Mittel, Wanzen zu vertreiben gilt der wildwachsende Feldthymian, auch Quendel oder Kumelle genannt. Man streut die getrocknete würzhaft citronenartig riechende Pflanze in die Betten und Zimmerecken und schließt Türen und Fenster. Nach Ablauf von 48 Stunden findet man nur noch vertrocknete Bälge. Während der Sommerreise läßt sich dieses Mittel besonders gut anwenden.

Gedanken und Sprüche.

Der Hausfrau Wesen spricht aus ihrem Schaffen.

*

Lern' von der Erde die du bauest die Geduld,
Der Pflug zerreißt ihr Herz und sie vergilts mit Huld.

*

Ohne Sparen — leere Kasten,
Ohne Ordnung — nichts als Lasten.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.
Druck von Th. Wirth & Co. in St. Gallen.