

Zeitschrift:	Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band:	17 (1895)
Heft:	29
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: 16.01.2026

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. 7

Juli 1895

Über die Verwendung und Zubereitung der Pilze in der Küche.

(Schluß.)

Morcheln auf italienische Art. Schneide deine Morcheln nach dem Schälen und Waschen in Stücke und bring sie mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und einem Büschel feiner Kräuter auf ein lebhaftes Feuer. Koch das Gericht langsam und füge etwas Knoblauch, Petersilie, Fleischbrühe und weißen Wein zu. Trage sie mit dem Saft einer Citrone und mit gerösteten Brotwürfchen auf.

Feine Brotschnitten mit Morcheln. Rüste 4 Ctm. dicke Brotschnitten zu einem Pastetenteige; halte den Boden dicker als den Rand und zwar so, daß das Ganze ein Stück bleibt und kneife die Randoberseite zierlich aus. Damit die Pastete beim Kochen am Boden eben bleibt, tauche ein Stück Papier in zerlaufene Butter, decke es über den Teig und bring eine gute Schicht Mehl darauf. Reinige die frisch gepflückten Morcheln und läß sie in leichtem Salzwasser blanchieren und nachher vertropfen. Nun rüste mit einem Stück frischer Butter, einem Suppenlöffel voll Mehl, vier Deziliter Creme, Salz und Muskatnuß eine Sauce und koch deine Morcheln 15 Minuten lang über mäßigem Feuer in dieser Sauce. Bring sie dann ab dem Feuer und gieße den Saft einer Citrone hinzu. Nun schütte das Ganze in die gerüstete warm gehaltene Brotkruste und trage das Gericht sofort auf.

Morcheln mit Champagnerwein. Man schneidet die großen Exemplare in zwei bis drei Stücke, reinigt sie in lauem Wasser, läßt sie vertropfen und bringt sie mit Olivenöl in eine Kässerolle; für eine Schüssel voll wird ein halbes Glas Olivenöl gerechnet. Hier passieren die Pilze so lange, bis sie ihr Wasser abgegeben haben. Nun fügt man Schalotten und gehackte Petersilie bei und läßt sie braun werden. Dann begießt man sie mit einer Kraftbrühe oder mit Fleischbrühe und Zus und mit einem halben Glas Champagnerwein. Nun läßt man sie 15 Minuten lang schmoren, entfettet sie und gießt den Saft einer Citrone darüber und serviert sie.

Die Morcheln lassen sich noch auf hundert andere Arten zubereiten. Sie können auch mit Pfeffer und Salz roh gegessen und zu Ragout verwendet werden. Morcheln mit Brotwürfeln und gerührten Eiern liefern ebenfalls ein vortreffliches Gericht.

Die Lorcheln, die ziemlich verbreitet und zu jeder Zeit in einigen Exemplaren zu finden sind, sind mit den Morcheln nahe verwandt und lassen sich auf die gleichen Arten zubereiten. Die große Lorchel liefert ein ebenso schmackhaftes als kostspieliges Gericht.

Die Zubereitung der Staubschwämme. Alle Arten von Staubschwämmen, wie Lycoperdon, Bovista u. s. w. sind, so lang ihr Fleisch fest und weiß ist, genießbar; sobald es eine grünliche Farbe anzunehmen beginnt, wird es ungesund und unerträglich. Am wenigsten schmackhaft sind der ciselirte Staubschwamm und der bleifarbane Bovist. Man brüht sie mit siedendem Wasser, rüstet sie in Del und würzt sie nach gewohnter Art. Meistens werden sie jedoch in Schnitten zugerüstet. Zu diesem Zwecke schneidet man sie in halbfingerdicke Scheiben, taucht sie in zerschlagenes Eigelb ein, backt sie in frischer Butter und fügt Salz, Pfeffer und seine Kräuter zu.

Kantharellus auf italienische Art. Es ist daran zu erinnern, daß alle diejenigen Stücke, welche keine schöne gelbe oder orangegelbe Farbe besitzen, wegzwerfen sind. Hierauf schneidet man die Würzelchen weg, teilt die dickeren Exemplare in drei bis vier Teile und bringt sie zum Waschen in eine Terrine mit frischem Wasser. Nun werden sie in eine Kasserolle gebracht und während fünf bis zehn Minuten in siedendem Wasser, das durch Citronensaft und Essig angehäutet ist, blanchiert. Zwei Schalotten, etwas Knoblauch und Petersilie werden fein zerhackt, mit den gut vertropften Kantharellen in Butter gebracht und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß gewürzt. Die Kasserolle wird zugedeckt und das Gericht langsam kochen gelassen. Nun werden die Pilze ab dem Feuer genommen, mit Eigelbliaison und drei Löffel voll Creme begossen und sofort sehr warm aufgetragen.

Kantharellus an einer weißen Sauce. Die Pilze sind nach der oben beschriebenen Art zuzurüsten. Bereite mit frischer Butter und einem Löffel voll Mehl eine weiße Sauce, begieße sie mit guter Fleischbrühe, würze sie und bringe die Pilze darein. Nach dem Kochen, das 15 Minuten Zeit erfordert, gieße zwei Deziliter gute, frische und dicke Creme hinzu und füge eine große Messerspitze voll gehackter Petersilie und den Saft einer Zitrone oder einen Löffel voll Kaffee mit Essig bei. Erwärme das Ganze ohne zu kochen und belege den Boden einer Schüssel mit Brotschnitten, die in Butter geröstet worden sind. Schütte die Pilze darüber und trage sie sofort auf.

Boletus an einer weißen Sauce. Nimm mittelgroße, frische und wohlriechende Boletus-Arten, schneide die Stiele weg, die nicht gebraten werden können und wirf die Schwämme zum Waschen in frisches Wasser. Schneide sie in Stücke, trockne sie in einem Leinentuche ab und bringe sie mit Salz, Pfeffer, Muskatnuß und Olivenöl während zwei Stunden in eine Schüssel. Knete unterdessen zwei gut gehackte Schalotten, Petersilie und etwas Knoblauch mit einem gehörigen Stück Butter. Bringe nun 20 Minuten vor dem Servieren die vertropften Pilzstücke bei mäßigem Feuer über einen Bratrost. Sind die Schnitten, ohne hart zu sein, gelb gebraten, so kehrt man sie in eine Schüssel um, bedeckt sie mit Butter und feinen Kräutern und begießt das Ganze mit dem Saft einer Zitrone; damit die Butter die gebratenen Schnitten nicht wieder kalt mache, muß die Schüssel erwärmt und warm serviert werden. — Die Stiele können gehackt in einer Farce oder in einer Suppe verwendet werden.

Gebratene Boleten. Nimm mittelgroße Schwämme, die auf dem Hute schön gelb und unten goldgelb sind. Wasche sie und trockne sie in einem Leinentuche ab. Schneide die Stiele weg und hacke sie mit Petersilie, Schalotten und einem Stück Brot fein. Schneide die Boleten alsdann in Stücke und bring sie zum braten mit frischer Butter, mit Salz und Pfeffer in eine Schüssel. Nachdem sie auf einem starken Feuer 15 Minuten lang gekocht haben, müssen sie in eine Schüssel angerichtet werden. Das zugerüstete Gehack wird braun gebraten und siedend über die Pilze geschüttet. Diese müssen nun sofort aufgetragen werden.

Das Einkochen des Obstes.

Unter Einkochen des Obstes versteht man die Überführung seines Fleisches und Saftes oder auch der ganzen Früchte durch starkes, mehr oder weniger langes Sieden mit oder ohne Zucker in Formen, in denen sie sich bei kühler Aufbewahrung und möglichst dichtem Luftabschluß jahrelang halten, ohne an Wohlgeschmack und Farbe zu verlieren, ohne schimmelig zu werden oder sonstwie zu verderben.

Der Zweck der Gewinnung von lange haltbaren Obsterzeugnissen jeder Art wird umso vollständiger erreicht, je gründlicher alle Fäulnis erregenden, Obst zersegenden Pilze, wie solche auf den Früchten sich befinden, vernichtet oder doch in ihrer Entwicklung unschädlich gemacht werden. Dies wird zunächst durch starkes Erhitzen bewirkt, wodurch gleichzeitig auch das Obst gar gekocht, genüßfertig und wohlschmeckend wird.

Durch dieses Sieden werden jedoch nur die Pilzpflänzchen selbst getötet, während die Samen der Pilze, Sporen genannt, lebensfähig bleiben. Diese keimen auch schon sehr bald, und zwar in ungefähr 24 Stunden bei

gewöhnlicher Temperatur und bilden wieder neue Pilzpfänzchen, welche durch ihr schnelles Wachsen das eingekochte Obst in hohem Grade gefährden, wenn es nicht lange genug gekocht, oder mit unzureichendem Zuckerzusatz versehen ward. In diesem Falle muß das Obst, sobald sich die Gährung durch Aufsteigen bemerklich macht, nochmals stark erhitzt werden, um die Keimlinge vollends zu zerstören.

Sodann wird dem Obstes Zucker beigegeben, aber nur soviel, wie es die Haltbarkeit bedingt und der Wohlgeschmack erfordert. Früchte dagegen, die durch längeres Verbleiben auf dem Feuer stark eingedickt werden, bedürfen meistens keines Zuckers, weil die Pilze infolge des oft stundenlang dauernden Erhitzens meistens auf das Gründlichste vernichtet werden und weil nun die dicke, steife Obstmasse für die Keimung der etwa noch vorhandenen lebensfähig gebliebenen Sporen nicht mehr geeignet ist. Je weniger lange nun das Obst gekocht wird, umso mehr muß gezuckert werden.

Der Zucker besitzt nämlich die vortreffliche Eigenschaft, daß er die Entwicklung der Fäulnispilze hält. Doch muß, um ein wirkliches Obstprodukt herzustellen, bei dem Einmachen zur Regel gemacht werden, nicht mehr Zucker zu verwenden, als unbedingt notwendig ist; denn durch ein überflüssiges Mehr wird die wirkliche Güte der eingekochten Obsterzeugnisse wesentlich beeinträchtigt. Mit der Zuckerzugabe zu den eingemachten Früchten wird in vielen Küchen unsinnige Verschwendungen getrieben. Dadurch wird das eingemachte Obst sehr verteuert, ohne deshalb an Güte zu gewinnen, es wird im Gegenteil durch seine übermäßige Süße mancher Konstitution nachteilig und dem Genießenden widerlich.

Durch gründlichen Luftabschluß werden ebenfalls die durch Einkochen gewonnenen Obsterzeugnisse vor dem Verderben bewahrt, indem die Fäulniserreger ferngehalten werden. Je luftdichter also der Verschluß der Obstgefäße ausgeführt wird, desto sicherer halten sich die eingemachten Früchte.

Schließlich übt die Beschaffenheit des Aufbewahrungsräumes noch einen großen Einfluß auf die Haltbarkeit des eingekochten Obstes aus. Warme Räume sind nur zu häufig die Ursache des Verderbens, ebenso feuchte Räumlichkeiten. Kühl und trocken sollen sie sein, weil diese Eigenchaften das Wachstum der Fäulnis verursachenden Pilze unmöglich machen.

Das Obst in ganzen oder geteilten Früchten wird entweder in einer dünnen Zuckerlösung als Obstkonserven, oder in einer Zucker-Essiglösung als Essigfrüchte eingelegt.

Das in seinem eigenen Fruchtsaft mit oder ohne Zucker eingekochte Stein- und Beerenobst zählt im weiteren Sinne ebenfalls noch zu den Konserven; man nennt es Dunstobst.

Obstfleisch und Saft zusammen werden durch Verdampfen des Wassers auf lebhaftem Feuer zu Mus eingekocht. Wird Zucker bei-

gegeben und nur der kleinere Teil des Wassers zur Verdunstung gebracht, so entsteht Marmelade.

Der Obstsaft allein wird entweder durch starkes Eindampfen eingedickt oder zu Gelee verarbeitet, oder auch mit Zucker durch ganz kurzes Aufkochen in flüssigem Zustand als Fruchtsaft erhalten. Durch Zusatz von Weinessig wird aus dem Saft mehrerer Beerenarten auch noch Obstessig hergestellt.

Wird das Obstmus versüßt und in dünnen Tafeln getrocknet, so erhält man die Obstpasten.

Zum Eindicken des Obstsaftes zu Gelee, zum Aufkochen des durchgetriebenen, zur Pastenbereitung bestimmten Obstmarkes mit Zucker, auch zur Herstellung der Obstmarmeladen und Fruchtsäfte ist ein mehr breiter als tiefer Emailtopf mit flachem Boden weitaus das Empfehlenswerteste. In solchem Topfe bewahrt das Obst am besten Farbe und Geschmack.

Die Obstpaste besteht aus reinem, durchgedrücktem Fruchtmark, das nur mäßig versüßt und in dünnen Tafeln getrocknet ist.

Das Trocknen von getrocknetem Obstmark ist schon seit lange eine bekannte Obstverwendungsart. In diesem Zustande halten sie sich an einem trockenen Orte jahrelang ohne zu schimmeln oder zu gähren. Das Trocknen von gekochtem Obstmark ist schon seit langem bekannt, nur wurde es nicht mit Zucker und nicht in dünnen Tafeln, sondern gewöhnlich in brotlaib- oder ziegelsteinähnlichen Formen in Back- oder Bratöfen oder an der Luft und an der Sonne langsam trocken gemacht.

Zu Obstpasten eignen sich am besten Aepfel und Birnen, je allein oder gemischt, ferner Zwetschgen, Reneklauden und Pfauenauge allein oder gemischt auch Aprikosen und Pfirsiche. Schließlich lassen Schälabfälle, noch nicht ganz ausgereiftes, vorzeitig abgesallenes, angestochenes, beschädigtes, angefaultes, sowie überreifes und teiges Obst sich zu Pasten verarbeiten und in der denkbar einfachsten Weise für den Haushalt nutzbar machen.

Unreife Birnen allein liefern, da sie kröniges Fleisch besitzen, nur geringwertige Pasten, man braucht sie deshalb meistens nur im Gemisch mit Aepfeln.

Kirschen und Weichseln oder Beerenobst für sich allein eignen sich nicht zum Verarbeiten von Pasten, dagegen ergibt sich ein vorzügliches Produkt, wenn man die Kirschen oder Beeren mit Aepfeln vermischt.

(Schluß folgt.)

Für die Reisetage.

Wer ins Gebirge oder an die Seeküste reist, oder Gegenden durchziehen will, wo keine großen Hôtels mit Table d'hôte zu finden sein

dürften, der sollte nie versäumen, ein Töpfchen echtes Liebigs Fleisch-Extract mit sich zu führen. Selbst Fußwanderer können ein solches leicht im Ränsel unterbringen. Es ist doch gar zu angenehm, wenn man jederzeit das Mittel hat, rasch fad kraftlose Speisen schmackhaft zu machen, sowie mit etwas kochendem Wasser und Salz, und etwa einem Ei, sich selbst eine Tasse guter Bouillon zu bereiten. Diese stärkt den ermatteten Reisenden wunderbar, und sie ist namentlich den alkoholhaltigen Getränken bei weitem vorzuziehen. Unzählige Weltgereiste werden das bestätigen. — Auch auf Fläschchen gefüllten Citronensaft zur raschen Herstellung eines erquickenden Getränktes und eine gute Sorte haltbarer Wurst sollte nicht vergessen werden, ebenso ist eine Büchse mit Zucker selbstgebrannter ungemahlener Kaffee von großer Zweckmäßigkeit. Eier und Milch bekommt man auf dem Lande immer frisch und gut, so daß man mit diesem und den genannten eingepackten Vorräten sich jederzeit und überall trefflich versorgen kann.

Der Einfluß des Backpulvers auf die Verdauung.

Das Backpulver, welches in England verwendet wird, enthält viel Alraun; die Verkäufer desselben geben den Versuchenden gegenüber, sie gerichtlich zu verfolgen, respektive zu bestrafen, an, daß Alraun der Gesundheit nicht nachteilig sei, indem derselbe im Backpulver mit Natriumcarbonat zusammen verwendet würde, somit bereits vor Einführung in den Magen der Konsumenten zerstört wäre. Es sind nun hierüber von Hehner Versuche angestellt, bis zu welchem Grade alraunhaltiges Backpulver die Lösung von Albumin in Form von hartgekochtem Eiweiß durch Pepsin hindert. Da hat man nun gefunden, daß seine Wirkung ebenso groß ist wie die des in ihm enthaltenen Alrauns, wenn dieser für sich angewendet wird. Andererseits ist der Einfluß des Alrauns mit rohem Mehl größer als derjenige der entsprechenden Menge Backpulver, dasselbe gilt auch für Brot, indeß ist in diesem Falle der Unterschied in der störenden Wirkung des Alrauns und des Backpulvers nicht so groß als bei Anstellung des Versuches mit rohem Mehl. Mit Milch dagegen erwies sich der Einfluß des alraunhaltigen Backpulvers größer als der einer äquivalenten Menge Alraun. Hehner hat den Versuch an sich und noch drei Assistenten gemacht. Jeder nahm eine Quantität Backpulver zu sich, welche nach der auf dem Umschlage angegebenen Anweisung des Pulvers in 4 Unzen Brot enthalten war. Es trat hierauf der Fall ein, daß alle an dem Versuche Beteiligten, nach dem Berichte der „Chem. Ztg.“, Leibschmerzen, Kopfschmerz und Verstopfung mit nachfolgender Diarrhöe bekamen. In

einem Falle dauerten die Erscheinungen mehrere Tage an. Der Verfasser schließt hieraus, daß alaunhaltiges Backpulver auf die Verdauungsfunktion von störendem Einfluß sei. — Wer viel Backpulver verbraucht, tut daher gut, die von ihm in Verwendung genommene Sorte auf die vorhandenen Bestandteile untersuchen zu lassen.

Behandlung von Messern und Gabeln.

Schwarze polierte Hefte an Gabeln und Messern aufzufrischen. Man nimmt ein Stück alte Leinwand, mischt zwei bis drei Tropfen Öl daran, tut etwas Möbelpolitur darauf und poliert damit die Hefte, indem man etwas Schwärze mit der Politur einreibt; oder man mischt Caput mortuum und Branntwein zusammen und reibt dieses mittels eines Korkspopfens auf die Hefte. Wenn diese trocken sind, reibt man sie mit einem weichen Tuche ab. — Weiße Hefte von Messern und Gabeln behandelt man auf folgende Weise: nach jedesmaligem Gebrauch reibt man sie tüchtig mit einem in kaltes Wasser getauchten, mit Seife bestrichenen Tuche ab, spült sie kalt und reibt sie vollständig trocken. Die Hefte erhalten eine schöne Politur, wenn man sie dann sogleich mit einem in pulverisierte Kreide getauchten Tuche tüchtig abreibt. — Messer, deren weißeheimerne Griffe vergilbt sind, behandelt man folgendermaßen: man befeuchtet die Hefte mit Wasser, legt sie unter eine Glasglocke und bleicht sie in recht hellem Sonnenchein. Sollte dies einfache Verfahren nicht von Erfolg sein, so muß man die Hefte drei bis vier Stunden in eine Lösung von schwefliger Säure in Wasser legen, sie werden nach Verlauf dieser Zeit wieder vollständig weiß sein.

Für Küche und Haus.

Erdbeerkrapfen. Aus 150 Gr. feinem Mehl, einer Prise Salz, 30 Gr. Zucker, 30 Gr. Butter, zwei Eidottern und $\frac{1}{4}$ Liter lauwarmem Rahm oder Weißwein bereitet man einen geschmeidigen Teig, den man zu einem dünnen Kuchen auswalzt und mit einem Tassenkopf runde Plätzchen ausssticht. Auf jedes dieser Plätzchen setzt man ein Häufchen stark gezuckerte Erdbeeren, überschlägt die Plätzchen, bestreicht sie mit Eigelb und bäckt sie in heißer Butter schön gelb. Nach dem Backen bestreut man sie mit Zucker und Zimmet.

Pommer'sche Beisselbeersuppe. 1 Liter Heidelbeeren kocht man mit 1— $1\frac{1}{2}$ Liter Wasser, 1 Stückchen Zimmet, 2 Nelken und etwas Citronenschale so lange, bis die Beeren ganz zerkocht sind, zerquirlt sie tüchtig, fügt den nötigen Zucker und Salz hinzu und gießt recht schnell zwei vorher in etwas Milch verrührte Eier in die kochende Suppe, die man nun nicht mehr quirlen, aber noch etwas aufkochen lässt, damit die Eier zu großen Flocken gerinnen. Die Suppe darf vorher nicht durchgeschlagen werden. Man giebt geröstete Weißbrotschnitten dazu.

*

Dresdener Mehlspeise. Aus $\frac{1}{2}$ Liter Milch, 60 Gr. Butter, 175 Gr. Mehl und einer Prise Salz röhrt man über dem Feuer einen steifen Brei, der sich vom Topfe löst, und lässt ihn abkühlen. 100 Gr. Butter röhrt man zu Schaum, fügt zehn Eidotter, Saft und Schale einer halben Citrone, 175 Gr. Zucker und den abgekühlten Brei hinzu und zieht den steifen Schnee der zehn Eiweiße durch die Masse. Man füllt die Masse mit ausgesteinten Kirschen und kleinen Biskuitscheiben abwechselnd in eine ausgestrichene Form, bäckt die Mehlspeise im Ofen eine Stunde und giebt sie in der Form auf gefalteter Serviette ohne Sauce zu Tisch.

*

Brausepulver-Kuchen. 100 Gr. Butter wird zu Schaum gerührt, 4 Eidotter nach und nach dazu, dann 4 Eßlöffel Milch, 100 Gr. feinen Zucker, etwas feingeriebene Citronenschale oder Vanille, $\frac{1}{2}$ Pfd. Mehl, den Schnee von 4 Eiweiß und zuletzt für 10 Cts. Brausepulver. In einer Bundform sofort in den Ofen, $\frac{3}{4}$ —1 Stunde backen lassen. Für 5—6 Personen. Man verlange in der Apotheke Brausepulver zum Backen.

*

Schnell bereitete Remoulade. 5 gestrichene Theelöffel voll englisches Senfpulver, 5 Eßlöffel Wasser, 3 Eßlöffel Olivenöl werden verrührt, 5 ganze, frische Eier dazugeschlagen, Salz und Zucker, feiner weißer Pfeffer nach Geschmack hinzugefügt. Das Gefäß mit der Mischung wird in einen Topf mit kochendem Wasser gesetzt und die Masse mit dem Schaumbesen so lange geschlagen, bis sie die gewünschte Dicke erreicht hat. Diese Portion genügt für 6 Personen. Die Remoulade wird zu kaltem Fleisch oder pflaumenweichen Eiern gereicht.

*

Alte Medizingläser kann man von dem ihnen anhaftenden Geruche leicht befreien und dieselben zu allen Zwecken wieder benutzen, wenn man sie mit schwarzem Senfmehl in lauwarmem Wasser wiederholt ausspült; es werden hiernach alle anhaftenden Arzneireste sicher entfernt.