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

**Band:** 18 (1896)

**Heft:** 46

**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: 26.10.2025** 

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

# Roch-& Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Franen-Beitung.

Erscheint am driften Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Dv. 11

Movember 1896

# Wie soll der Keller beschaffen sein und gehalten werden?

Der Reller ist berjenige Raum des Hauses, der gewöhnlich am weniasten gepflegt wird und doch birgt er einen großen Teil der Lebens= bedürfnisse für den Haushalt. Un einen zweckmäßigen Keller sind gang besondere Anforderungen zu stellen. Im Sommer soll er kühl, im Winter warm sein. Damit nun der Keller im Winter warm bleibt, werden die Luftlöcher und Fenster, sowie die Türen beim Beginn ber ersten Froste dicht verschlossen. Die Ture, die direkt in's Freie führt, wird mit einer Strohmatte, mit Laub ober Dünger verwahrt, so daß der Frost nicht eindringen kann. Doch mussen die Kellerräume auch im Winter gelüftet werden, wenn sie ihren Zweck erfüllen sollen. Keller birgt ja nicht nur Kartoffeln, Gemuse und Obst, sondern auch die nötigen Getränke (die Milch inbegriffen) und die in Vorrat genommenen übrigen Nahrungsmittel. Und all' dieses soll sich im Keller möglichst lange halten. Die Vorräte sollen vor den Feinden, die sich so gerne an sie machen, geschützt werden. Diese Feinde sind: Rälte, Wärme, Schimmelpilze, Fäulnis und die Nagetiere. Im ganzen genommen tut die Kälte den kleinsten Schaden, denn es bedarf sehr strenger Winter oder der Sorglosigkeit und Gleichgültigkeit, die es unterläßt, die Relleröffnungen gehörig zu verwahren. Der schlimmste Feind ift die Wärme, benn dieser erzeugt die Schimmelbildung und die Fäulnis. In warmen, schlecht gelüfteten Rellern überziehen sich die darin befindlichen Gegenstände, sowie der Boden und die Wände, mit eckligen, grauen Schimmelpilzen und der Geruch, der davon ausgeht, verrät nur zu bald, welche Verluste an unsern Vorräten wir in turgem zu beklagen haben werden. daher höchst unklug, die Relleröffnungen schon hermetisch zu verschließen, wenn die Vorräte kaum recht eingebracht sind und die ersten frostigen Tage sich gemeldet haben. So lange die Witterung es immer nur ge= stattet, sollen die Reller täglich gelüftet werden, was oft bis weit in den Dezember hinein geschehen kann. Die Nahrungsstoffe leiden durch die

Rälte erst bann, wenn die Temperatur der Rellerluft unter den Gefrier= Wenn die Temperatur in der freien Luft mehrere Grade vunkt sinkt. unter Null sinkt, so muß gut verschlossen werden. In Rellern, die fast ganz über der Erde und mit den Fenstern gegen Norden gelegen sind, kann es vorkommen, daß zur kältesten Zeit nebst dem Verwahren der Deff= nungen noch besondere Schutzmittel durch Bedecken 2c. angewendet werden muffen. Je tiefer die Reller im Boden sind, um so gesicherter sind unsere Vorräte vor den Schädigungen durch die Kälte. Wenn kalter Nord= oder Ostwind den Keller trifft, so ist es zweckmäßig, auf diesen Seiten die Fenster und Türen zu öffnen. Große Achtsamkeit ist nötig, wenn mit den Rellerräumlichkeiten verbunden die Waschküche unten gelegen ist, von wo bei jedem Deffnen der Türe die warmen, feuchten Dämpfe in den Reller In solchem Falle dürfen die Wände und Türen der Reller nicht aus Lattenwerk bestehen, sondern sie mussen die Räume dicht und vollständig abschließen. Gehen die Rellerfenster auf die Mittagseite und regiert der warme Südwind, so muffen die Deffnungen nach dieser Richtung ebenfalls verschlossen werden, weil dieser warme Wind die Wintervorräte welt und runzlig macht. Es ist durchaus nicht zu dulden, daß faulende Teile von Gemüse oder Obst auf dem Boden oder den Winkeln der Reller liegen bleiben; es muß im Gegenteil die größte Reinlichkeit herrschen und es ist sehr zu empfehlen, die Böden und Treppen der Keller von Zeit zu Zeit mit trockenen Sägespänen fräftig abzukehren. Wasserabzug im Reller, so ist für flotten und unbehinderten Ablauf best: möglichst zu sorgen. Im Obstkeller sollen die Fenster mit dunklem Papier beklebt ober mit solchen Vorhängen verhängt sein. Das Tageslicht beein= trächtigt die Haltbarkeit des Obstes.

## Vorsicht beim Einkauf von Gewürzen.

Was alles zum Würzen der Speisen verwendet wird, darüber gab eine Gerichtsverhandlung vor dem Landgericht in Leipzig Aufschluß.

Angeklagt war der Chef einer dortigen Firma. Um der Konkurrenz eine Spitze zu bieten, hat er Gewürze gefälscht und als sogenannte "präparierte Gewürze" an seine Kunden (meistens Kleinkaufleute) abgegeben.

Folgende Fälschungen wurden durch die Beweisaufnahme sestgestellt: Gemahlener Pfesser wurde vermischt mit 8—10 Prozent Stielen, 10 bis 12 Prozent entöltem Anis, Palmkernen, Mohnölkuchen, gestoßenen Linsen und Frankfurter Schwarz (Ruß). Nelken vermahlte der Angeklagte mit 33½ Prozent entölten Nelken und gemahlenen Nelkenstielen, Zimmet mit Abfällen von minderwertigem Zimmet, sogenanntem Schibs, entölten Zimmet mit Zucker und Zitronenschalen. Gemahlener Saffran wurde von ihm

mit 30 Prozent wildem Saffran (Saflor) und mit gelbem Ocker versmengt. (Ein Kilogramm Saffran kostet 80 Mark, ein Kilogramm Saflor nur 5 Mark.) Ingwer wurde mit 50 Prozent entöltem Ingwer, Muskatsblüte mit wertloser Bombayblüte, Zwieback und Paniermehl vermengt.

Zu solchen Gewürzen, welche ganzkörnig verkauft wurden, wie Koriander, Kümmel, Fenchel und Anis, setzte der Verkäufer entölte Gewürze gleicher

Gattung hinzu.

Einer Firma, welche einmal zehn Zentner Singaporepfeffer zum Mahlen gegeben hatte, wurde minderwertiger Pfeffer geliefert, der mit Ruß gefärbt war.

Aus alten, trockenen Birnen, alten Pflaumen und Feigen stellte der Hexenmeister Pflaumenmus her. Da es etwas rötlich aussah, färbte er es mit Ruß und verkaufte es dann als "Prima türkisches Pflaumenmus"!

Die Fälschungen wurden zuerst in dem baierischen Orte Marktselbitz entdeckt, wohin Waren geliefert wurden. Außer mehreren Reisenden beschäftigte der Mann kein kaufmännisch ausgebildetes Personal, sondern benutzte nur Markthelfer.

Das Leipziger hygieinische Institut untersuchte insgesamt 91 Warenproben aus dem betreffenden Geschäft und stellte fest, daß fast alle verfälscht waren. Der Gerichtshof verurteilte den Findigen zu einem Monat Gefängnis und 1500 Mark Geldstrafe, bezw. weiteren 100 Tagen Gefängnis.

## Rezepte.

## Erprobt und gut befunden.

Suppe von gelben Erbsen. Nimm gelbe Erbsen, wasche sie, koche sie mit Soda von halber Haselnußgröße in Wasser drei Viertelstunden, schütte sie in ein Sied, gieße Wasser darüber und stelle sie mit heißem Wasser bedeckt aufs Feuer. Tue hinzu etwas gute Knochen oder ein Stück Nindszett von halber Eigröße, 1/4 Knolle Sellerie, eine halbe Porreestange, eine feingeschnittene Zwiedel und lasse die Erdsen in kurzer Brühe recht weich kochen. Dann nimm das Wurzelwerk herauß, rühre die Erdsen scharf durch ein grobes Sied, so daß nur die Schalen zurückbleiben, und koche sie noch eine kleine Weile mit Zusat von kochendem Wasser und Salz, dis die Suppe die gewünschte Konsistenz erhalten hat. Sie darf nicht dünn, muß vielmehr recht gebunden, jedoch nicht dicklich sein. Das Wurzelwerk wird wieder hineingelegt, mit etwas Fleischertrakt oder Suppenswürze durchgekocht und die Suppe auf gerösteten Weißbrotwürseln angerichtet.

Suppe von Apfelsaft. Man nehme reichlich 1/2 Liter Naturäpfelwein und lasse denselben mit etwas Zimmt und soviel Zucker als notwendig

auftochen. Hierauf wird die Suppe mit einem Eigelb abgezogen und mit Zwieback aufgetragen. Auch als Kaltschale schmeckt diese Suppe ganz vorzüglich. Nachdem sie in obiger Weise zubereitet, aber gehörig ausgekühlt ist, gibt man sie mit dem zu steisem Schnee geschlagenen Eiweiß, welches mit Zucker und Zimmt bestreut wird, auf.

Tomatensuppe. 4 Stück recht hochrote Tomaten werden durchgesschnitten, Samen und Saft daraus entfernt und auf ein Sieb gelegt. In dem Bouillontopfe brät man eine in Scheiben geschnittene Zwiebel mit 1 Eßlöffel Mehl in 2 Eßlöffeln Butter gelb, gibt die Tomaten hinzu und schmort sie auf schwachem Feuer unter öfterem Umrühren weich. Dies wird mit 2 Litern Bouillon von Liebig's Fleischertrakt gut gerührt, nur noch einmal aufgekocht und durch ein Sieb gerieben. Dann richtet man die Suppe über in Butter gebratenen Weißbrotscheiben — Eroutons genannt — an, oder reicht diese nebenher.

Suppe à la reine. Man zerläßt Butter in einer Casserole, schwitzt barin einen Löffel Mehl weiß, verdünnt das Ganze mit guter, setter Bouillon und läßt dasselbe noch etwas kochen. 6 Eigelbe werden dann mit einem Löffel Sahne klar gerührt, die gut entsettete Suppe damit abgezogen. Beim Anrichten füge man ein Stück frische Butter hinzu.

Mesthälische Erbsensuppe. Man stelle ein Kilo am Abend vorher in Regenwasser eingeweichte Erbsen mit einem Liter kochend heißem Regenwasser aufs Feuer und koche sie, bis das Wasser verdampst ist, gieße nun das sür die Suppe nötige Wasser dazu und lege ein etwa zwei Kilo schweres Stück Rauchsleisch hinein. Hat dies nun zwei Stunden lang gekocht, so süge man Petersilie, Sellerie, Möhren, reichlich Purse und eine 250 Gramm schwere Mettwurst hinzu, lasse noch eine Stunde lang kochen und treibe vor dem Anrichten die Erbsen durch ein Sieb, kann sie aber nach Belieben, und wenn sie recht weich sind, auch ganz lassen. — Diese sehr gute und kräftige Suppe — hier auf zehn dis zwölf Personen berechnet — macht, gleich dem pot-au-seu der Franzosen, gewöhnlich die ganze Mittagsmahlzeit aus und kann auch aus hart gewordenen, grünen Erbsen und aus weißen Bohnen bereitet werden und nimmt man dann statt des Rauchsleisches zu den Bohnen gerne Hammelsleisch und zu den Erbsen frisches Kindsleisch, welches aber natürlich nicht so lange kochen darf.

Ragout von schon gebratenem oder gekochtem Fleisch bereitet man mit einer, durch Liebig's Fleischertrakt gekräftigten und gut gewürzten, braunen Sauce, welche lange gekocht und auch durch Essig oder Wein geschärft werden kann. Beides muß lange mit der Sauce verkocht werden. Das fein geschnittene Fleisch wird nur in der Sauce heiß gemacht oder, falls es hart ist, 1-2 Stunden darin langsam gekocht. Kartoffeln reicht man daneben.

Curry von frischem oder schon gebratenem Kleisch. Man röstet in Butter einige in Scheiben geschnittene Zwiebeln gelb, giebt das in kleine Würfel geschnittene Rinderfilet oder anderes Fleisch hinzu, stäubt ein wenig seines Mehl darüber und läßt es unter öfterem Umrühren noch 5 Minuten schmoren. Dann gießt man Bouillon daran, daß das Fleisch beinahe bedeckt ist.

Frikasse von jungen Bähnchen oder Bühnern bereitet man auf folgende Weise. Das Geflügel wird in Viertel geschnitten und die Sauce, welche nie zu lange sein darf, mit Fleischertrakt-Bouillon bereitet, mit Zistronensaft, Sardellen, Kapern, Trüffeln oder Champignons verschieden gewürzt.

Ragont von Kinderfilet. Das Filet von einem fetten Tiere wird abgehäutet, sein gespickt und eine Stunde im Ofen unter fleißigem Bezgießen in Butter gebraten, dann legt man es in einen möglichst kleinen Tops. Das in der Bratpfanne Befindliche wird mit guter Bouillon von Liebig's Fleischertrakt und 2 Glas Madeira losgekocht, an das Filet gegossen, der Tops zugedeckt, das Filet noch 1 Stunde darin geschmort, dann angerichtet. Ist die Sauce zu dünn, so kocht man sie mit brauner Mehlschwitze seimig und schmeckt nach dem Salz. Das Filet wird in Scheiben geschnitten, ohne seine natürliche Form zu verändern, und mit der kräftigen Sauce überfüllt.

Nierenschnitten. Uebrig gebliebene Kalbsniere wird mit Kalbsbraten, Betersilie, Zwiebel und Eitronenschale sein gewiegt, mit einem Ei, Salz, Muskatnuß und etwas saurem Rahm zu einer streichbaren Masse ansgerührt und auf rasch in Milch getauchte Semmelschnitten gestrichen, in verklepperten Eiern umgewendet und in heißem Schmalz gebacken.

Kalbsrippchen au four. Vier klein gewiegte Zwiebeln werden in 75 Gramm Butter durchgeschwitzt, dazu gibt man knapp ½ Liter saure Sahne, 1 Exlöffel Mehl, 12 feingewiegte Sardellen. Von 2 Kälbern hat man Zunge, Hirn und Milken vorher weicht gekocht, schneidet seine Würfel davon und vermischt es mit dem Beiguß. Die schön zubereiteten Kalbsrippchen hat man wie gewöhnlich gebraten, füllt nun auf jedes

Rippchen einen reichlichen Eglöffel der obigen Mischung und läßt es, mit Krebsbutter beträuselt und mit Kapern belegt, noch einige Minuten in gelinder Hitze braten. Die Schüssel, auf der man die Rippchen anrichtet, wird mit Citronenscheiben und frischen Salatblättern garniert.

.v

Dolenka mit kleisch. Da die Polenta sehr fättigend ist, so wird ge= wöhnlich die gekochte Portion bei einem Mahle nicht aufgegessen ober man kocht absichtlich etwas mehr bavon, bamit noch für ben zweiten Tag übrig bleibt. Die aufbewahrte Volenta wird dann folgenderweise zubereitet: Wir schneiden die Polenta, welche, wenn sie ausgekühlt, noch fester wird, in längliche, fingerdicke Scheiben, dann schneiden wir mit dem Wiegemesser 1/2 Kilogramm Schweine= oder Schöpfenfleisch ganz fein, geben in eine Bratpfanne reichlich Butter und geben, wenn sie zergangen, das Fleisch mit Salz, Pfeffer, etwas geriebener Muskatnuß, 1 Löffel feines Mehl, 2 Löffel voll Tomatenkonserve, 1 Löffel voll geriebener Zwiebel, etwas Zitronenschale und auch den Saft einer halben Zitrone zur Butter und lassen es eine Viertelstunde lang braten, bann gießen wir etwas Fleisch= brühe darauf, so daß sich eine Sauce bildet, legen die Polentaschnitten bazu, geben es abermals in die Bratröhre und lassen es noch eine Viertel: stunde braten, so daß sich der Saft in die Polenta einzieht; dann arrangieren wir es auf eine Schuffel, bestreuen es mit geriebenem Parmesan= käse und geben es recht heiß zur Tafel.

Maccaronibomben. In Salzwasser gar gekochte, gut abgetropste Maccaronisstücken vermischt man noch warm mit zerlassener Butter und geriebenem Parmesankäse. Gebratene Kindslende und Pökelzunge schneidet man in Scheiben und bestreicht diese Scheiben mit Sardellens oder Kräuterbutter. Dann streicht man eine Timbalensorm mit Butter aus, besieht sie mit Reibbrot und legt abwechselnd eine Schicht Maccaroni, eine Schicht Lendens und Zungenscheiben in die Form. Sechs Eidotter verquirlt man mit ½ Liter süßer Sahne, würzt diese mit etwas Muskatnuß, gießt sie über die eingefüllte Masse und backt die Bombe reichlich eine Stunde bei mäßiger Hite. Nachdem man sie gestürzt hat, übergießt man sie mit gebräunter Butter.

Bwiebelsauce. Für vier Personen werde ein Stückhen Nierenfett von Eigröße heiß und vier sein würflig geschnittene Zwiebeln darin gelb gemacht, ein gehäufter Eßlöffel Mehl eine Weile darin gerührt und mit kochendem Wasser zu einer glatten, hinlänglichen Sauce abgerührt. Man lasse dann nach Geschmack Salz, Essig, ein Lorbeerblatt, etwas Pfesser und einen Theelöffel Liebig's Fleischertrakt durchkochen, stelle die Sauce

vom Feuer, rühre sie mit einem Stückhen Butter und nach Belieben mit einem Eidotter ab, und richte sie über oder zu gekochten Kartoffeln an. Bei einem solchen Gericht wird man kein Fleisch vermissen.

Brotschnittchen zur Stärkung für Kranke. Zur augenblicklichen Stärfung für Leidende, sowie als willtommenes, leichtes Nahrungsmittel für Genesende leistet ein kleines Scheibchen Weißbrot, mit Liebig's Fleischertrakt bestrichen und etwas fein gepulvertem Salz bestreut, ausgezeichnete Dienste.

Dunstohst mit Sacharinsirup. Zu Dunstohst, wie zu allen Konserven für Gesunde, verwendet man Sacharinsirup. Alle Früchte, welche mit Sacharinsirup hergestellt sind, bleiben unverändert, behalten Jahre lang ein schönes, frisches Aussehen und das natürliche Aroma der Frucht bleibt erhalten. Der Sacharinsirup hat ferner vor dem Zucker die großen Vorzüge, daß er nicht säuert, nicht auskristallisiert und billiger im Preise ist; dabei ist die Anwendung ökonomischer. Man erhält gleich einen sertigen Sirup, dem man nur ½ seines Volumens klares Brunnenwasser zuzusehen und einmal auszukochen hat, so daß es leicht auswallt. Das Zerlassen des Zuckers, das Klären und Abschäumen des gewonnenen Zuckersirups fällt ganz fort. Auch bleibt die Süße des Saccharinsirups konstant und verändert sich beim Kochen nicht, während sich der Zucker beim Kochen bekanntlich teilweise in Stärkezucker umsetzt und dabei an Süße verliert.

Gefüllte Riesenzwiebel. Man nimmt dazu die weiße Riesen- oder andere große, hellfarbige Zwiebeln, schält sie, schneidet aber von dem Wurzelende nicht mehr ab als nötig, damit sie beim Braten nicht aus- einanderfallen. Die gewaschenen Zwiebeln werden dann in kochendem Wasser 5 Minuten blanchiert und in ein Sieb gefüllt. Mit einem Thee- löffel nimmt man danach von dem oberen Ende der Zwiebeln aus einen Teil der innern Masse und drückt statt derer etwas seine Fleischfarce hinein, gut gewürzt mit Pfesser und Salz. Mit geschlagenem Ei bestreichen und mit gestoßenem Zwieback bestreut, werden die Zwiebeln darauf wie die gefüllten Gurken mit Butter und Bouillon braun gesschmort.

Kartoffeln nor käulnis zu bewahren. Die Kartoffeln werden, bevor man sie in den Keller bringt, an einem luftigen Ort (Tenne, Laube, Schuppen) ausgeschüttet und unter fleißigem Wenden getrocknet. Erst wenn sie mögslichst trocken sind, kommen sie in den Keller. Ungelöschter Kalk wird

pulverisiert und die lagenweise aufgeschichteten Kartoffeln mit diesem Kalkpulver leicht bestäubt — etwa so, wie auf den Feldern Sips verteilt wird. Der so zwischen die Kartoffeln gesäete Kalk zieht nicht nur die den Kartoffeln außen anhastende Feuchtigkeit und die Kellerseuchtigkeit an sich, sondern er entzieht den Kartoffeln selber das Wasser, so daß sie viel wohlschmeckender und mehlig werden, trotz der nassen Ernte. Ueberdies tötet der Kalk die Krankheitskeime und bewahrt so die Kartoffeln vor Fäulnis. Das Mittel ist sehr einsach und kostet fast nichts. Bevor man die Kartoffeln zum Essen zubereitet, sind dieselben gut zu reinigen.

Rote Rüben einzulegen. Recht dunkelrote Rüben werden sauber gewaschen und langsam in siedendem, etwas gesalzenem Wasser weichgekocht, wozu je nach den Rüben drei dis vier Stunden erforderlich sind. Alsdann läßt man sie ein wenig auskühlen, befreit sie von der Schale, schneidet sie in Scheiben und legt sie mit dazwischem gestreutem, würflig geschnittenem Meerrettig, einem Löffel Kümmelkörnern, etlichen Pfefferkörnern und Nelken in einen Topf, gießt kochenden Gssig darüber, bindet den Topf nach dem Erkalten sest zu und bewahrt ihn an einem kühlen Ort auf.

Der bittere Geschmack ser Burken entsteht meistens infolge der Wirkung der Sonnenstrahlen auf die Frucht. So lange die Gurken im Schatten der Blätter liegen, behalten sie ihren guten Geschmack. Um das Uebel zu vermeiden, muß man also für hinreichende Beschattung der Früchte durch die Blätter Sorge tragen und das Welken derselben durch gute Kultur und ausreichende Bewässerung verhindern.

Rezept für Mailänderli. 1 Pfund füße Butter, 1 Pfund Zucker, 2 Pfund Mehl, 4 Gier, eine Zitrone und ein wenig Salz. Man backt sie im Ofen nach dem Brot.

Bum Einpöckeln von Kinckfleisch nehme man auf 18 Liter Wasser  $^{1}/_{2}$  Kilogramm Zucker, 132 Gramm Salpeter, 3 Kilogramm Salz und mische alles gut durcheinander. Nun wird diese Mischung in einem Kessel gekocht und ausgeschäumt; erst wenn kein Schaum mehr aussteigt, wird die Flüssigkeit vom Feuer gehoben und vor der Verwendung abgekühlt.

Bwiebelgeruch zu entfernen. Um Messern u. s. w., mit welchen man Zwiebeln geschnitten hat, den unangenehmen Geruch zu nehmen, reibe man sie mit trockenem Salz ab.