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

Band: 21 (1899)

Heft: 19

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

Rod-« Kanshaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Beitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Mr. 5.

Mai 1899

Die Rüche.

liegt uns wohl fern, ein Kochbuch verfassen zu wollen. Deren sind schon mehr als genug auf der Welt. Früher hatte man weniger Kochbücher, aber viele Frauen, die das Wissen mit dem Können versbanden. Damals übertrug die Großmutter der Mutter und diese der Tochter die angestammten Kochrezepte der Familie; jede bereicherte dann weiter mit dem, was sie bei andern Gutes fand, ihr selbstgeschriebenes Kochbuch. Das wäre unserer Ansicht nach das richtige. Um jedoch eine Köchin zu sein, muß man nicht allein kochen können, man muß auch ein Urteil über das zu Verwendende haben; hierin liegt eine Hauptsaufgabe der Köchin.

Milch. Am Morgen oder am Abend bekommen wir die Milch. Diese darf nicht in einer Blechkanne aufbewahrt werden. Sehen wir, ob der Milchtopf in den richtigen Bedingungen ist. Dies ist der Fall, wenn er gebrüht und über Tag ausgelüftet worden. Fließt die Milch rasch beim Ausgießen, hat sie einen himmelblauen Schein, dann enthält sie Wasserteile, die entweder durch Zugießen von Wasser, oder auch durch dürftige Fütterung in die Milch gekommen sind. Im Winter setze man die zweifelhafte Milch dem Froste aus, womöglich über Nacht. Bedeckt sie sich mit Eis, so ist Wasser darin, reine Milch gefriert nicht. Im Sommer gieße man die Milch behutsam in ein anderes Gefäß, so wird man finden, daß der Wassergehalt sich unten im Topf ge= sammelt, während die leichtere Milch oben ist. Läßt man Milch sauer werden, so erkennt man an den Käseteilen und den Molken die Be= schaffenheit der Milch. Es ist übrigens ein großer Unterschied zwischen leichter und gewässerter Milch. Gefälschte Milch, sei's mit Kreide oder Kalbshirn, ist eckelhaft und wenn eine Röchin nicht auf den ersten Blick merkt, woran sie in dieser Beziehung ist, so erachten wir sie kaum ihres wichtigen Berufes würdig. In Haushaltungen, wo man aufs Kleine

sieht, nimmt man bei Bedarf etliche Löffel Rahm für den Küchengebrauch ab; dieses schadet der Milch nicht, nur ist sie eben je nachdem mehr oder weniger sett. Die Töpse und Milchpfannen sollen zu keinem andern Gebrauch dienen. Kocht man abgerahmte Milch, so schwenkt man die Pfanne zuvor mit frischem Wasser aus, ohne sie auszutrocknen und gießt dann erst die Milch hinein, kocht man die Milch frisch, so läßt man sogar einen Löffel frischen Wassers in der Pfanne. Die Pfanne darf nicht warm sein, wenn man die Milch eingießt, sonst brennt sie an.

Che wir die Butter auf dem Markte wählen, sehen wir Butter. auf Hals und Haar der Marktfrau, ist's da richtig, so betrachten wir das Tuch im Korb, endlich das Pfundbällchen, das eine genibte Saus= frau richtig auf's Gewicht zu schätzen weiß. Sind wir im Winter und die Butter ist sehr gelb, so könnte sie leicht gefärbt sein; ist sie rissia an den Enden und uneben, so ist sie auch nicht besonders aut in der Ist sie aber glatt und fett im Aussehen, so prüfen wir sie Qualität. auf den Geschmack, schmeckt sie frisch und wie Rußkerne, so schließen wir den Handel ab, wenn der Preis auch etwas höher sein sollte, als bei anderen Verkäufern. Dies betrifft die Tafelbutter. Die Butter, die wir für Einsiedezwecke kaufen, werden wir nie so wohlschmeckend finden, wie die Tafelbutter, und zwar hat dies hauptsächlich seinen Grund darin, daß für so große Quantitäten Butter, auch große Vartien Rahm vorhanden sein muffen und bei dieser Gelegenheit dann der Rahm, wenn er zur Butter umgewandelt werden soll, meist nicht mehr so frisch Beim Einsieden thut man wohl, wenn man die Butter zergeben läßt, und sie über Nacht in den Keller stellt, auf daß sich die Butter= milch unten setze, ift diese beseitigt, so steigt die Butter dann nicht und wird, weil sie nicht so lang mit dem Butterschaum kocht, viel süßer im Geschmack.

Eier. Beim Einkausen von Eiern lassen wir die großen Körbe meist beiseite liegen und kausen einer Bauersfrau ihr Dutend ab. Diese sind meist von der Woche, während die bei den Wiederverkäusern zusammengestoppelt sind. Doch auch hier ist es gut, wenn man die Eier ans Licht hält, denn es schlüpfen manchmal Nesteier oder solche, welche die Bruthenne verließ, darunter. Haben die Hühner ihren Lauf ins Grüne, so liefern sie die gelbsten Dotter und die schmackhaftesten Sier. Man bewahrt die Sier für den Winter im Kalkwasser auf; doch möchten wir diese Art bloß dann anraten, wenn man von Pfingsten weg die Sier sammelt; bewahrt man solche auf, die vom September abgelegt werden, so genügt es, dieselben in Schreibpapier sest einzuwickeln und in Sägspähne, Asche, Salz oder Kleie zu stellen.

Das Mehl. Dasselbe soll etwas gelblich aussehen, sich körnig anfühlen, auf der Zunge rein schmecken, unter den Zähnen nicht krizen.

Reines Mehl läßt sich nicht leicht mit Flüssigkeit mischen, weil es oben aufschwimmt; mit numeralischen Stoffen gemischtes Mehl sinkt unter. Das Mehl soll nicht in Säcken, sondern in einem Mehltrog ausbewahrt werden. Mehl ist, wenn auch nicht verfälscht, 'chwer verdaulich, deshalb läßt man es beim Brotbacken mit Sauerteig, beim Kuchenbacken mit Bierhese aufgehen, serner verliert das Mehl von seiner Schwere, wenn man den Teig mit kochendem Wasser oder Sauermilch anrührt. Das sei für Klöße und Pfannenkuchen maßgebend. Es ist nicht mehr Mode, das Brot im Hause zu backen, unsere Zeitverhältnisse nötigen die Hause frau zum Verdienen, selten bleibt ein Morgen übrig, den man, wie früher, zum Brotbacken verwenden dürfte. Daß das Hausbrot um vieles wohlseiler wäre, als das andere, wollen wir nicht behaupten.

Resorgung des Tisches.

er Tisch, auf dem gespeist wird, sollte immer in Ehren gehalten werden, weil an ihm nicht blos die Nahrung, sondern auch ein großer Teil des häuslichen Glückes genossen wird. Darum geschehe auch das Auftischen der Speisen immer mit Sorgfalt und Anstand. So lasse man, wenn irgend möglich, den Tisch nicht ungedeckt. Ist auch das Tischtuch nur von grobem Zeug, das Mittagessen schmeckt ganz anders, wenn's auf sauber gedecktem Tische dargeboten wird. Nicht überall, wo das Tischtuch sehlt, wird es aus Armut weggelassen, vielemehr aus Schen vor der Arbeit, die das Waschen derselben verursacht. Wan soll also das Tischtuch schonen, aber wo die Verhältnisse es erslauben, dasselbe nicht weglassen.

Beim Decken des Tisches soll nichts vergessen werden, was zu einer anskändigen Mahlzeit erforderlich ist, und man sorge, daß jeder Gegen=

stand an seinem richtigen Orte sei.

Die Speisen sollen stets in passenden Schüsseln und hübsch appetitslich auf den Tisch gebracht werden und zu keiner Schüssel sehle ein Lössel zum schöpfen. Aus dem Kochtops direkt in den Teller geben und jedem den gefüllten Teller bringen und vorsetzen, ist sehr ungehörig und unanständig, es geschieht meist ebenfalls aus Trägheit, weil man die Mühe des Spülens der Schüssel schen Es macht einen viel bessern Eindruck, wenn der Tisch mit einer dampfendeu Schüssel bestellt ist, aus welcher der Bater oder die Mutter den Kindern nach Bedürfnis aussteilt. Dieses Austeilen der Speisen durch die Hände der Eltern, resp. das Bitten um Speise von seiten der Kinder, ist sehr bedeutsam. Die Kinder beweisen dadurch ihre Hochachtung vor den Eltern und bleiben um so leichter vor unziemendem Benehmen bewahrt.

Am Tische soll die Familie außer der nötigen Nahrung auch Er=

holung und Freude finden. Hier treffen sich alle zu bestimmter Stunde, während sie sonst vielsach getrennt, der Bater draußen auf seiner Arsbeitsstätte, die Kinder in der Schule oder auf dem Spielplatz, die Mutter emsig waltend im Hause verkehren. Bei Tische sieht der Vater die Seinen alle um sich geschart, da kommt die Vatersreude, die Mutterliebe und auch der Kinder Wohlbehagen am besten zur Geltung; manches traute Geplander zwischen Eltern und Kindern, das sonst nicht möglich wäre, bei Tische, nach einer wohlschmeckenden Mahlzeit, kommt's von selbst. Anstand ist das Gegenteil von Koheit. Wenn in einer Familie bei Tische ein ungeregeltes, wüstes oder rohes Benehmen herrscht, kann die Mahlzeit nicht zugleich eine Erholung sein und Freude bereiten. Wan muß schon bei den Kindern darauf Bedacht nehmen, daß nie gegen die nachstehenden Regeln gesehlt wird:

1. Bei Tische soll man anständig sitzen, d. h. aufrecht; nicht zu weit vornübergebeugt oder rückwärts an den Stuhl gelehnt, nie dürfen die Ellenbogen oder die Arme auf dem Tisch sein. — Ist eines sehr müde von der Arbeit, so mag es sich nach Tisch eine bequemere Stellung

suchen, aber nicht während des Essens.

2. Löffel, Gabel und Messer soll man nicht in voller Hand halten, sondern etwas zierlich anfassen und geschickt handhaben. Nie darf man Gabel oder Messer mit der Spitze nach oben halten; wenn man spricht oder im Essen eine Pause macht, hält man die Gabel nicht in der Hand, sondern legt sie auf den Teller.

3. Das Tischtuch darf nicht beschmutt werden, indem man ein unreines Messer oder eine Gabel darauf legt; wenn keine Messerbänkchen vorhanden sind, reinige man Messer oder Gabel mit etwas Brot oder

lege sie auf den Teller.

4. Kleine Knochen, Gräten, Obstkerne oder Schalen gehören nicht in den umgelegten Löffel, noch weniger auf das Tischtuch; man legt dieselben immer auf den Kand des Tellers oder in ein besonders dafür

hingestelltes Gefäß.

5. Beim Essen selbst nehme man den Mund nicht zu voll — nehme keine zu heißen Speisen — trinke nicht, so lange man den Mund voll Speisen hat — mache beim Essen kein Geräusch mit der Zunge und den Lippen — öffne beim Kauen den Mund nicht zu weit — esse nie

zu hastig oder zu gierig.

6. Die Speisen darf man so wenig als möglich mit den Fingern berühren — nichts aus der Hand essen, wozu die Gabel gebraucht werden soll — Pfeffer oder Salz soll, wenn kein besonderes Lösselchen dazu vorhanden ist, wenigstens mit der Messerspitze genommen werden. Die Knochen sollen nicht zum Munde geführt, sondern das Fleisch soll mit dem Messer vom Knochen gelöst werden.

7. Aepfel und Birnen schäle man immer, aber nie ganz auf einmal, sondern schneide sie erst in Viertel und schäle dann jeden Teil.

8. Im allgemeinen sei man bei Tische bescheiden, suche sich nie die besten Stücke aus, sei aufmerksam, gefällig und zuvorkommend gegen

alle Tischgenossen und vor allem mäßig.

Nicht bloß bei der Auswahl und Zubereitung der Speisen muß die Gesundheit berücksichtigt werden, sondern auch beim Verzehren dersselben; nicht das, was man ißt, gibt uns Nahrung und Stärke, sondern das, was man verdaut. Daraus geht hervor:

1. Man soll nie zu schnell essen; die Speisen müssen gut zerkaut und sorgfältig mit dem Speichel verbunden werden, sonst sind sie schwer

verdaulich.

2. Die Speisen kochend auf den Tisch bringen, und zu heiß herunterschlucken, ist sehr verderblich. Zähne, Zunge und Magen müssen durch die Berührung mit heißer Suppe oder anderen Speisen großen Schaden nehmen.

3. Unmittelbar von einer anstrengenden, schweren Arbeit oder vom Spielplatz sich zum Essen niedersetzen, ist schädlich; vor und nach der

Hauptmahlzeit ist eine kurze Ruhe ratsam.

4. Mäßigkeit und Ordnung müssen auch bei Lieblingsspeisen und bei großem Hunger streng beachtet werden. Zu viel essen schadet immer, besonders abends, desgleichen zu vielerlei Speisen untereinander essen.

5. Während des Essens soll man nicht zu viel trinken, doch ist ein Glas klares Wasser oder Bier nicht schädlich, nur beim Genuß von

Obst, Gurken u. dgl. hüte man sich davor.

6. Zu stark gewürzte und scharf gesalzene Speisen sind keinem ans zuraten, den Kindern sogar sehr nachteilig, sie reizen den Durst und die Sucht nach geistigen Getränken.

7. Trockenes Brot ist zu allen Mahlzeiten, besonders zu dünnen

und sehr fetten Speisen als Zugabe zu empfehlen.

Verfälschung der Nahrungsmittel.

bereitung der künstlichen Banille, welche nicht nur billiger zu stehen kommt, sondern auch einen stärkeren Geschmack hat, als die nastürliche. Die Chemiker bereiten das Banillin, das die französischen Fachleute "aldehyde methylprotocatechique" nennen, gewöhnlich aus Eugenol, Coniferin und aus Guajakol des Buchenholzteers. Allein dieses längst bekannte Fabrikat soll nach der Versicherung des Chemikers Joarnet durch einen Extrakt von Haferhülsen ersetzt werden können. Die

Haferhülsen sollen nämlich sehr reich sein an Banillin, das durch Aufsgießen von Alkohol gewonnen werden soll. Ein anderer Chemiker will kürzlich noch eine ganz unverhoffte Duelle für die Herstellung von Banillin entdeckt haben: Korkpulver. Dieser Gelehrte pulverisiert 20—25 Gramm Kork, läßt ihn in einem Ballon mit verdünnter Schwesels säure aufkochen, filtriert und schüttelt ihn nach dem Erkalten mit Aether. Der verdampste Aether läßt einen reichlichen, wohlriechenden Bodensatzurück: das Banillin.

Als Ersatz für Pfester kommt in Belgien in den Handel das Piperidin, ein Produkt, das mit reellem Pfesser nur die Farbe gemein hat. Piperidin hält 70 Prozent Mineralstoffe, 30 Prozent Pflanzenstoffe. Die Zusammensetzung ist derart, daß sie die Chemiker der vorshandenen Eigenschaften wegen sehr beunruhigt, mit anderen Worten, es ist anzunehmen, daß ein Giststoff dabei sein muß.

Zimmetpulver kommt in den Handel, das dazu dient, den Geschmack von gekochtem Reis und Glühwein zu erhöhen. Dieses Produkt ist jedoch weiter nichts als 80 Prozent gestoßenes Ziegelmehl und 20 Prozent

Holz, hergenommen von Schiffswerften.

Fleischpulver. Hier wird das sogenannte Australia ausgeboten, eine Ware, die kein Fleischertrakt enthält, sondern nur Borfäure, mit Fuchsin gefärbt. Der Artikel ist sehr hoch im Preise, allein wie man sieht,

keinen Baten wert.

Champagner. Dieses Produkt nennt man in England scherzweise Stachelbeerwein. Thatsache ist, daß es große Firmen in der Champagne gibt, die ganze Ernten von Aepfeln und Birnen aufkausen, und dürfte es wohl nahe liegen, daß diese Firmen das Produkt zur "Veredlung" des Champagnerweines verwenden. Man kann nun nicht leugnen, daß der Apfelwein ein sehr gesundes und auch moussierendes Getränke ist, allein unter Champagner war man geneigt, denn doch etwas anderes zu verstehen. Wie bekannt, will die Welt immer gerne etwas hoch hinaus und es würde natürlich nicht angehen, Most bei Gelagen auf den Tisch zu bringen, es macht sich viel besser, es knallen die Zapfen und man trinke etwas Most als "Champagner" und bezahlt ein hübssches Geld dafür!

Rartoffeln. Wer kennt nicht diese vorzügliche Frucht. Interessant ist es aber doch, solche in bestem Weizenbrot zu finden. Das Brot wird dadurch wohl "gustig", aber es ist noch nicht gehört worden, daß der Bäcker mit dem Preise herunterging, obgleich Kartoffeln nicht so teuer sind, wie Weizenmehl.

Raffee. Hier wurde von zuverlässiger Seite konstatiert, es sei Holzstaffee mit Färbung in den Handel gekommen, was bei den hohen Preisen der letzten Jahre gute Rendite abgeworfen habe! Man wird also gut

thun, den Kaffee jeweilen anzuschneiden, um zu sehen, was da einem serviert wird.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kalbs:Coteletten mit Sardellen. Nachdem die Coteletten vorgesrichtet und leicht geklopft sind, durchzieht man sie mit Sardellenstreischen und brät sie — leicht gesalzen — mit seingeschnittener Zwiebel in frischer Butter schnell ab. Legt sie dann aus, stäubt etwas Wehl an die Sauce und kocht sie, mit wenig Bouillon oder Wasser verdünnt und mit Citronensfaft und Capern auf. Setzt zur Verseinerung etwas "Maggi" zu und gießt sie über die Coteletten.

Klöhmen von Kalbsteisch. (6 Personen). 2 Pfd. Kalbsteisch vom ausgebeinten untern Teil des Schlegels treibt man durch die Hacksmaschine, mischt es mit 150 Gramm Rindermart und ebensoviel frischem Nierensett — beides sein gehackt — verwiegt 6 entgrätete Sardellen mit einer Zwiebel, etwas Citronenschale und Petersilie, gibt es zu obigem und verrührt das Ganze mit einem Si und nur soviel geriebener Semmel, daß die Masse zusammenhält. "Maggi", Salz und Pfesser nach Gesichmack. Man formt nun eigroße runde Klößchen, drückt sie eventuell etwas breit und brät sie in butterbestrichener Bratpfanne schön hellbraun. Nachdem man sie ausgelegt, gießt man den Satz mit etwas Bouillon oder Wasser an und läßt rasch einmal ausschen.

Suchard's reine Schweizer-Alpenmilch-Chorolade. Nach einem dieser Firma eigenen Versahren hergestellt, besteht dieses vortrefsliche Nahrungs-mittel ausschließlich aus Cacao, Zucker und reiner, nicht abgerahmter Milch. Der zu ihrer Fabrikation verwendete Cacao ist unter denjenigen Sorten gewählt, welche tonische und stärkende Eigenschaften im höchsten Grade besitzen. Die Milch, welche sie enthält, kommt aus den Sennereien der Schweizeralpen, deren Vieh mit Recht als das die beste Milch gebende bekannt ist. Diese Milch wird vollständig sterilisirt und entspricht dadurch vom hygienischen Standpunkte aus allen Anforderungen.

Die Herstellung der Suchard-Alpenmilch-Chocolade geschieht mit der hervorragenden Sachkenntnis, wie nur eine mehr als 70jährige technische Ersahrung sie verleihen kann; diese Chocolade ist daher auch ein Nahrungsmittel ersten Ranges, augenehm sowohl zum Rohessen, wie auch zum kochen mit Wasser, wie jede andere Chocolade.

Wir empfehlen dieselbe ganz besonders zum Mitnehmen für unsere Militärs, Touristen, Reisenden, Radfahrer und den Freunden eines aussgezeichneten Frühstücks oder Desserts überhaupt.

Sprikmakronen. 500 Gramm geschälte und getrocknete Mandeln werden mit Eiweiß sein gerieben, 750 Gr. gestoßener Zucker und die Schale einer Citrone hinzugethan und daraus ein Teig gemacht. Die Mandeln dürsen nicht zu naß gerieben werden. Diese Masse wird in einer Kuchenspriße, worin ein kleiner Stern sein muß, in der Länge auf den Backtisch gesprißt und kleine Enden davon geschnitten, von denen man verschiedene Gegenstände, als Brezeln, Herzen, Kränze und dersgleichen auf doppeltem Papier langsam backt, sie werden nicht glasirt.

Rehragont. Man reinigt 2 Rehblätter von Blut und Haut, entsernt etwa eingedrungene Schrotkörner und Haare und schneidet das beste Fleisch in netten Portionsstücken von den Knochen. Letztere werden mit dem zurückgebliebenen Fleisch gehackt, mit 3 Eßlöffel seinem Mehl und 6 zerschnittenen Zwiebeln, beides zuvor in Butter braun gebraten, und 2 Liter Wasser nebst Pfesserkörnern 2 Stunden gekocht, die Brühe wird durch ein Sieb gegossen, das Zurückbleibende mit kochendem Wasser noch einmal ausgezogen und mit ersterer vereinigt. In dieser Sauce wird das Wildsleisch mit 2 Glas Portwein langsam weichgekocht, Schaum und Fett dabei abgefüllt, zuletzt 2 Theelöffel Liebig's Fleischertrakt, das nötige Salz und 1 Prise Cahennepfesser hinzugefügt. Sobald das Fleisch weich ist, richtet man es an, läßt die Sauce, wenn nötig, noch rasch einkochen und siebt sie über das Fleisch, welches mit Kartoffeln servirt wird.

Comatensuppe mit Suppen: Biscuit. 2 große gelbe Rüben, 2 Pestersilienwurzeln, 2 Zwiebeln, 2 Sellerieföpfe, sauber geschält, geschabt und gewaschen, werden nebst 100 Gramm magerem Schinken ohne Rauchgeschmack klein geschnitten und mit 80 Gr. frischer Butter nebst 1 Eßlöffel seinem Mehl auf schwachem Feuer weich gedämpst im versichlossen Topfe. Dann gibt man 3 Ltr. kräftige Bouillon von Liebig's Fleischertrakt hinzu, 1 Theelöffel schwarze Pfesserkörner, 8 reise geschälte, von Kernen gereinigte Tomaten, läßt die Suppe kochen dis letztere auf schwachem Feuer zerkocht sind, salzt und gießt sie durch ein seines Sieb, um sie sofort mit Suppendiscuit zu serviren.

Weise Fusböden erhält man dadurch, indem man 1 Teil frisch gelöschten Kalk und 3 Teile gewöhnlichen weißen Sand vermengt. In diese Mischung wird die nasse Putbürste getaucht und wie beim geswöhnlichen Puten oder Scheuern verfahren. Diese Manipulation erspart völlig die Seise, entsernt allen Schmutz, tötet alle Insekten und macht die Böden weißer. Der Boden sollte mit reinem Wasser nachsgespült werden.