

**Zeitschrift:** Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis  
**Band:** 22 (1900)  
**Heft:** 36

**Anhang:** Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 25.05.2025

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

# Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 9.

September 1900

## „Reliable“, amerikan. Petrol-Gas-Kochherd.

Der beste Petrol-Gas-Kochherd ist unstreitig derjenige, der folgende Vorzüge aufweist:

1. Muß er keinen Geruch erzeugen.
2. Darf er weder rauchen noch rußen.
3. Muß er sicher sein gegen Explosion.
4. Soll er wenig Petrol verbrauchen.
5. Muß er gut rein zu halten sein.
6. Einfach zu handhaben.
7. Soll er keinen Reparaturen unterworfen sein.
8. Es soll ein Herd sein, nicht nur ein Spielzeug.

Kein einziger hiesiger oder deutscher Petrol-Kochherd weist alle diese Vorzüge auf; es gehört auch hier den Amerikanern den Vorbeer, einen Petrolherd erfunden zu haben, der obgenannte acht Eigenschaften aufweist.

Der „Reliable“, amerikan. Petrol-Gasherd ist:

1. Rauch- und geruchlos, weil die natürliche Flamme in eine Gasflamme verwandelt wird und zwar ohne Luftpression und ohne Geräusch. Die Gasflamme wird vielmehr auf folgende Weise erzeugt: Es wird der gewöhnlichen Petrolflamme durch eine sinnreiche Konstruktion am Brenner, dem sog. Vergaser, eine große Menge Luft in kleinen Quantitäten zugeführt, welche, sobald sie mit der Flamme in Berührung kommt, verbrennt, d. h. der Sauerstoff, der durch die Luft der Flamme zufließt, bildet eine kleine Sauerstoff-Gasflamme. Solche kleine Sauerstoff-Gasflammen entwickeln sich im Vergaser des „Reliable“ zu hunderten.

Vermöge dieser Sauerstoffgas-Entwicklung wird alles Unreine, was die Petrolflamme in sich hat, verzehrt, und ist diese Flamme folglich völlig rauch- und geruchlos. Hierin liegen die zwei ersten Vorzüge und zugleich der vierte.

Der „Reliable“ braucht wenig Petrol. — Die sog. Sauerstoffgas-Erzeugung entwickelt eine enorme Hitze und verdoppelt die Kraft der Flamme. — Ein Herd, der bloß Gas erzeugt, ist deshalb noch nicht sparsam im Konsum, die Flamme muß mit Luft gespiesen werden —

weil die Luft bis heute noch nicht monopolisiert ist und nichts kostet. Alles auf der Welt kostet Geld, selbst das Wasser, die Luft allein darf auch der Vermiste noch unentgeltlich einatmen. Deshalb verbrennt der „Reliable“ Luft und kann infolgedessen eine Familie mit einem zwei-löchrigen „Reliable“ mit Riesenbrennern mit einem Liter Sicherheitsöl folgendes leisten:

Morgens  $\frac{1}{4}$  Stunde 2 Flammen, mittags 2 Stunden 2 Flammen, nachmittags  $\frac{1}{4}$  Stunde 2 Flammen und abends  $\frac{1}{2}$  Stunde 2 Flammen was vollständig genügt für eine Familie von 4—8 Personen mit bürgerlicher Küche. Ich koche wie oben angeführt mit meinem zwei-löchrigen „Reliable“ morgens Kaffee und Milch mit Kartoffeln und Eiern zc. Mittags Suppe, Fleisch und zwei Gemüse oder Bratenfleisch und Gemüse mit Nachtisch. Nachmittags den Thee und abends Thee oder Kaffee, etwas aufgewärmt vom Mittag zc. Dies alles mit einem Liter Petrol per Tag. Freilich verwende ich sog. Sicherheitsöl, was monatlich berechnet, billiger kommt als gewöhnliches Petrol. Der dritte Vorzug — keine Explosions-Gefahr ist dadurch erreicht, daß der Petrolbehälter nicht direkt unter der Flamme sich befindet, sondern mindestens 20 cm von der Flamme entfernt. Der Docht befindet sich nicht direkt im Petrolbehälter, sondern nur im Brenner und das Petrol wird durch eine Messingröhre zum Brenner geleitet.

Vorzug 5 ist beim „Reliable“ großartig. Läßt man nicht überkochen, so hat man absolut gar nichts zu putzen, als höchstens die emaillierte Platte nach dem Kochen abzuwaschen.

Den Docht soll man so wenig wie möglich berühren, höchstens alle 14 Tage bis 3 Wochen soll man denselben mit dem Reinigungs-Rädchen wieder egalisieren, da die Flamme am schönsten wird, wenn der Docht eine harte Kruste hat.

Eine Scheere braucht man nicht, und statt, daß man wie bei den gewöhnlichen zwei-löchrigen Petrolherden 6—8 Flammen resp. Dochten zu reinigen und zu regulieren hat, braucht man beim „Reliable“ nur deren zwei. Eine ordnungsliebende Hausfrau kann Monate lang mit dem „Reliable“ kochen, ohne daß sie durch Putzen des Dochtes einen Finger beschmutzt.

Punkt 6 ist beim „Reliable“ vollständig erreicht. Beim Anzünden und Auslöschten hat man eine einzige Bewegung mit dem Triebrädchen zu machen, d. h. beim Anzünden eine halbe Drehung nach rechts und beim Auslöschten wieder eine solche nach links und immer kann man drehen, soweit bis es ansteht, muß also nicht erst lange sehen, wie weit man drehen darf. Der ganze Herd ist übrigens sehr leicht zu zerlegen, falls man das will. Der Petrolbehälter ist mit einer Abzugsschraube versehen, so daß man auch diesen sehr leicht ausspülen kann.

Vorteil 7 liegt darin, daß sämtliche Teile, die mit der Zeit etwa schadhast werden können, durch neue, die sehr billig sind, ersetzt werden können, ohne daß man einer Reparatur dazu braucht; das kann jedermann selbst thun.

Endlich ist der „Reliable“ ein schönes Stück Möbel; in Wirklichkeit ein Herd und eine Zierde für jede Küche.

Der „Reliable“ hat einen einzigen, scheinbaren Nachteil — er ist etwas teurer, als andere Petrolherde. — Aber dieser Nachteil ist bald zehnfach gedeckt durch dessen Sparsamkeit, Reinlichkeit und Einfachheit, und — man muß sich nicht jeden Tag darüber ärgern, er arbeitet einfach wundervoll, und es ist eine Freude, mit einem „Reliable“ zu kochen.

Der „Reliable“ wird gekauft bei Schenk-König & Cie., Hottingerstraße 38, Zürich V oder auch bei ihren Vertretern auf allen größeren Plätzen der Schweiz.

## Wie können Früchte und Gemüse ohne Einbuße an Geschmack und Aroma für jede Dauer aufbewahrt werden.

**D**ie uns von der der Natur gebotenen Früchte und Gemüse, die uns während ihrer Erntezeit in Ueberfülle geschenkt werden, können uns leider, mit wenigen Ausnahmen, im Winter nicht so frisch geboten werden, wie solches zu einer gesunden Ernährung unbedingt nötig ist. Das Bedürfnis nach gut konservierten Nahrungsmitteln macht sich je länger je mehr auch in denjenigen Volksschichten fühlbar, denen früher das Konservieren der daraus erwachsenden Kosten wegen als ein Luxus erscheinen mußte. Je mehr die Einsicht von der Notwendigkeit einer abwechslungsreichen, rationellen Ernährung sich allgemein Boden schafft und je mehr die Wohnungsverhältnisse für den Mittelstand in den Städten an Schwierigkeit zunehmen, um so bedeutungsvoller und dringender wird die Frage nach der zweckmäßigsten Art der Konservierung der für unsere Gesundheit unentbehrlichen Früchte und Gemüse. Das älteste und wohl am meisten früher geübte Konservierungsverfahren ist das Dörren, das hauptsächlich für Obst und Hülsenfrüchte angewendet wird. Die Verwendung von gedörrten Wurzelgemüsen und Kohllarten hat sich bis jetzt nur in Ausnahmefällen einbürgern können, da diese mit dem Verlust ihres Saftes auch ihr feines spezifisches Aroma verloren und beim Kochen trotz der sonstigen großen Verschiedenheit so ziemlich ein und denselben Geschmack erhielten. Ganz anders ist es nun mit dem Sterilisieren und Dünsten. In zartem Zustande verwendet bleiben die Gemüse und Früchte bei dieser Behandlungsweise so fein und arthast im Geschmack, daß sie von frisch ge-

ernteten und verbrauchten nicht zu unterscheiden sind. Was bei dieser Konservierungsart lange Zeit die Klippe bildete und die allgemeine Einbürgerung erschwerte, das war der heikle, luftdicht herzustellen den Verschluß der Büchsen und Gläser und das sehr oft vorkommende fatale Springen dieser Letzteren. Das Einfachste, was auf diesem Gebiete bis jetzt den Hausfrauen geboten wird, sind die bereits ausprobierten und daher bruchsficheren Gläsern die vermittelst einfachen Federdruckes während des Sterilisierungsprozesses luftdicht verschlossen werden (zu beziehen bei Herrn E. Schiltknecht-Tobler, St. Gallen, Geltenweilenstr. 6). Bei Anwendung dieser Gläser bedarf es keinerlei besonderen Einstellapparate, noch besonderer Kochgefäße, sondern es thut ein jeder Kessel mit flachem Boden den Dienst, so z. B. flachbödige Wäschefieder. Je mehr Gläser auf einmal im Kessel plaziert werden können, um so billiger stellen sich die Kosten des Sterilisierens auf das einzelne Glas. Hausfrauen, die über die so leicht regulierbare Gas- oder Petroleumfeuererung verfügen, sollten sich ihren Wintervorrat an Konserven unbedingt selbst herstellen.

### Rezepte für sterilisierte Conserven.

**Melonen, Kürbisse und Gurken.** Die Früchte, die noch nicht sehr reif sein dürfen, werden geschält. Das Kernhaus wird entfernt und aus dem Fleisch sticht man kleine Kügelchen aus und läßt sie einen Tag in gutem Weinessig liegen. Aus diesem mit einem Schaumlöffel herausgehoben, gibt man sie in einen Syrup, der aus  $\frac{1}{2}$  Liter Weinessig mit 375 Gramm Zucker hergestellt ist und kocht die Kügelchen darin weich und glänzend. Die Früchte können mit Vanille gewürzt werden. Sie werden herausgezogen und in das Sterilisierglas gegeben, welches letzteres mit dem Saft dann gefüllt wird. Diese Früchte erfordern 20 Minuten Sterilisierzeit. Kürbis, Gurken und Melonen können auch zusammen in einem Glase sterilisiert werden.

\*

**Diverse junge zarte Gemüse,** wie z. B. Bohnen, Erbsen, Kohl, Carotten, Blumenkohl und Schalotten lassen sich ebenfalls zusammen in einem größern Glas sterilisieren, wenn man nicht vorzieht, von jeder Art ein besonderes Glas zu füllen. Die Gemüse werden in Salzwasser sehr gut gereinigt und eine jede Art in Salzwasser so weich gekocht, daß sie nicht zerfallen. Nachher schichtet man sie zusammen oder separat in Gläser, macht Salzwasser heiß und gießt es über die Gemüse. Kochzeit zum Sterilisieren 30 Minuten.

Ein anderes Rezept läßt die sauber gereinigten und in passende Größe geschnittenen Gemüse 5—10 Minuten im Salzwasser brühen.

Aus dem Sud gehoben, werden sie in die Gläser geschichtet und mit dem nötigen Quantum heißem Salzwasser zugegossen. Diese Art bedarf zu Sterilisieren einer Zeitdauer von 1½ Stunden. Junge Gemüse, die man als Salat zu verspeisen gedenkt, siedet man nach dem Reinigen in Salzwasser weich, hebt sie aus dem Wasser und giebt sie in die Gläser. Etwas von dem Salzwasser wird mit gutem Weinessig aufgekocht und über die Gemüse in die Gläser gefüllt. Zum Sterilisieren brauchen sie 40 Minuten.

## Rezepte.

### Erprobt und gut befunden.

**Bonapartefleisch.** Siede ein schönes, saftiges Stück Rindfleisch, salze es ein und lasse es eine Stunde liegen. Dann schneide Schalottenzwiebeln, Kerbelkraut, Petersilie, Champignons und Zwiebel fein, lasse es mit einem Stück Butter anlaufen, garniere das Fleisch damit und bestreue es mit Brotkrümeln. Giebt es in den Ofen bis es sich schön gelb färbt, dann garniere es mit Kartoffeln und mache folgende Sauce: Bräune ein Stück Zucker, giebt 250 Gramm Sardellen,  $\frac{1}{3}$  Liter sauren Rahm hinein und etwas Fleischextrakt und lasse es aufsieden.

\*

**Bearnaisesauce.** Man giebt 2 Eidotter in eine Kasserolle mit einem Stück frischer Butter, den Saft einer halben Citrone, Salz, Pfeffer und feingeschnittene Petersilie. Dann macht man eine dünne, weiße Buttersauce und rührt sie zum übrigen, und das Ganze auf dem Feuer bis es dick wird, dann verdünnt man mit Fleischbrühe.

\*

**Citronenbraten.** Der gehäutete Schlachtbraten wird gesalzt, gepfeffert und geklopft. Nun bereitet man eine Farce folgendermaßen: Kapern, Sardellen, Citronenschale, Champignons und feingeschnittener Speck wird etwas geröstet und auf den gespaltenen Schlachtbraten gestrichen. Man rollt den Braten zusammen, dämpft ihn mit Wurzelwerk, sehr viel Citronenschalen, Gewürz, Essig und Fleischbrühe und begießt ihn mit Rahm; den Saft rührt man mit Mehl nebst Rotwein, Fleischextrakt und Kapern an.

\*

**Kalbs-Rücken.** Man läßt sich vom Metzger einen Kalbsrücken wie einen Rehziemer richten, häutet und spickt ihn, nachdem er vorher mit Salz und Pfeffer eingerieben wurde.  $\frac{1}{2}$  Liter sauren Rahm kocht man mit in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, einer gelben Rübe, Petersilienwurzeln und etwas Salz auf, gießt dies erkaltet über das Fleisch und läßt es über Nacht stehen. Am nächsten Tage läßt man den Braten

mit 125 Gramm Butter und etwas Fleischbrühe 2 Stunden braten, legt ihn zuerst  $\frac{1}{2}$  Stunde auf die Speckseite, dreht ihn dann um und begießt ihn fleißig; er darf nicht zu braun werden. Dann verrührt man einige Dotter mit etwas von dem zurückgebliebenen Rahm und läßt dies nicht zu lange vor dem Anrichten in der Sauce anziehen; ebenso röstet man einen Kochlöffel Mehl hellgelb und gibt etwas Fleischextrakt an die Sauce.

\*

**Kalte Sauce zu Ochsenfleisch.** Man schneidet 4 kleine eingemachte Gurken in feine Scheiben, gibt 2 große Sardellen mit etwas Kapern fein geschnitten dazu, ebenso ein hartgekochtes Dotter, etwas Zitronensaft, Zucker, Salz, Essig, 1 Löffel Olivenöl und 2 Kaffeelöffel Senf.

\*

**Zungenbraten auf französische Art.** Man nimmt einen schönen Zungenbraten, häutet ihn ab, reibt ihn mit Salz und Pfeffer gut ein und läßt ihn eine Stunde liegen. Hierauf belegt man eine flache Schüssel mit Speck, Wurzeln und Zwiebeln, gibt das Fleisch darauf, deckt es zu und läßt es gut ausdünsten, in dem man öfters roten Wein und Fleischbrühe daran gibt, damit es immer im Saft bleibt. Ist es mürbe und braun, so nimmt man es heraus, passiert die Sauce durch ein Sieb, gibt in dieselbe eine Hand voll gestoßenen Zucker und etwas Liebig's Fleischextrakt, läßt sie auf Kohlenfeuer unter beständigem Umrühren gut aufkochen, nimmt sie dann vom Feuer weg, gibt eine Hand voll fein geriebenen Meerrettig darein, gießt sie über das auf eine Schüssel gelegte Fleisch und gibt es zu Tische.

\*

**Englischer Braten.** Ein sehr schönes Stück Rindfleisch (Spickschoß oder Lummel) wird sehr gut abgehäutet, geklopft, gesalzen und gepfeffert, dann von allen Seiten dick mit Mehl bestreut. Von dem eignen Fett werden Würfel geschnitten und mit Zwiebeln in die Pfanne gethan. Dann wird der Braten hineingelegt, auf einer Seite bei starkem Feuer gebräunt, gleich auf die andere Seite gelegt, bis alle 6 Seiten gleichmäßig sind. Es dauert etwa eine Viertelstunde.

\*

**Junge Gelbrüben** zählen zu unsern geschätztesten Frühjahrgemüsen; ihre Zuträglichkeit ist bekannt, doch läßt das Verständnis für ihre richtige Behandlung noch vielfach zu wünschen übrig. Eine rationelle Zubereitungsart, bei welcher die Gelbrüben durch das Kochen nichts von den ihnen innewohnenden Eigenschaften verlieren, ist die Folgende:

Schabt die Rüben sauber oder schält sie mit einem scharfen Messerchen, doch verfährt immer so, daß von den äußeren Teilen der Rüben, welche zugleich die wertvollsten sind, möglichst wenig verloren geht.

Sind dickere Exemplare vorhanden, so schneidet sie der Länge nach in zwei oder mehr Teile, sodaß sie beim Kochen gleichzeitig mit den anderen gar werden können. Wascht sie sauber und bringt sie nebst einem Stück frischer Butter, einigen Löffeln Wasser, ganz wenig Salz und etwas Zucker in einen gut verschließbaren Topf oder Kasserolle und läßt sie langsam dünsten bis sie weich sind. Aus dem vorhandenen Saft, einer Prise Mehl und einer Messerspitze weissen Pfeffer wird rasch eine kurze Sauce bereitet, diese einige Minuten aufgekocht, sodann außerhalb Feuer mit einem Gäßchen „Maggi“ gewürzt und nebst einer Priese gehackter Peterilie unter die Gelbrüben gezogen. Schwingt das Gemüse noch einmal durch und gibt es zu Tisch.

Der Vegetarier.

\*

**Apfelküchlein.** Etwas Mehl mit warmem Weißwein zu einem glatten Teig verrühren, 2 Löffel heißes Schmalz oder 2 Löffel Kirchwasser daran geben. Der Teig muß bloß so dick sein, daß etwas davon an den in Rädchen geschnittenen Äpfeln hängen bleibt. Man bäckt diese schwimmend in Schmalz und bestreut sie heiß mit Zucker und Zimt.

\*

**Plauenkuchen.** 375 Gramm Mehl, 250 Gramm Butter, 210 Gramm Zucker werden auf dem Nudelbrett mit 4 Eidottern und etwas Vanille zu einem Teig zusammen gemacht, und dieser in 2 Teile geteilt. Mit dem einen Teil belegt man das Blech, gibt Zwetschgen, Zucker und Zimt darauf und legt von dem übrigen Teig ein Gitter darüber, streicht es mit Ei und bäckt den Kuchen.

\*

**Apfel-Strudel.** 1½ Pfund Mehl und 1 Pfund Butter wird auf dem Nudelbrett gut vermengt, mit 4 Eidottern, 3 Löffeln Weißwein, 2 Löffeln Cognac oder Schnaps und 3 Löffeln Rahm, wenn dies alles gut zusammengequirkt ist, vermischt, fest mit dem Wellholz verarbeitet und ziemlich lange stehen gelassen. Die in Streifen geschnittenen, geschälten Äpfel werden mit Weinbeeren, Rosinen, Zucker und Zimt vermengt und auf den ausgewellten Teig gestreut. Dieser wird zusammengerollt, mit Eigelb bestrichen, gut gebacken und dann in Stücke geschnitten.

\*

**Gurken, geschnittene, in Essig.** Man schält dünne, kurze Gurken, schneidet sie in nicht zu dünne Scheiben, salzt sie und läßt sie drei Stunden im Salz liegen, dann drückt man sie mit den Händen aus, thut sie in einen Steintopf, gibt Perlzwiebel, Pfeffer und Estragon dazwischen und füllt ungekochten weißen Weinessig dazu, der darübergehen muß. Obenauf legt man ein Leinwandsäckchen mit Senfsamen und verbindet den Topf mit Papier.

**Gurken in Essig.** Die kleinen Gurken werden über Nacht in Salzwasser gelegt. Am Morgen werden sie mit einem reinen Tuche sorgfältig abgerieben, Man kocht Essig, mit etwas Wasser verdünnt, mit ganzem Pfeffer, legt die Gurken mit Kräutern und kleinen Zwiebeln (Schalotten) dazwischen in Steinhäfen. Zu oberst kommt ein Leinwandtäschchen mit Senfsamen. Wenn der Essig verköhlt ist, gießt man ihn dazu, er muß aber gut darüber gehen. In einigen Wochen füllt man etwas abgekochten Essig nach, da die Gurken viel einschlucken.

\*

**Mixed Pickles.** Blumenkohl, Spargel, kleine, grüne Bohnen, Meerrettich feinblättrig geschnitten, Gurken, rote und gelbe Rüben, weicher Mais, Perlzwiebeln u. wird schön gepuzt, jede Sorte für sich in Salzwasser blanchiert, mit roter Paprika und allen Gattungen Gewürz in Gläser gefüllt, diese mit gutem Weinessig vollgezogen, verbunden und ziemlich lange in Dampf gekocht.

\*

**Maionaise, italienische.** Man kocht 4 feine Kartoffeln und passiert sie, solange sie heiß sind. 2 kleine Becken werden abgerieben, in Wasser geweicht und fest ausgedrückt; diese mit den Kartoffeln zusammen werden im Mörser zu einem festen Teig gestoßen. Man gibt den Teig in eine Schüssel, rührt nach und nach 4 Dotter hinein, 6—7 Eßlöffel Olivenöl, etwas Estragonessig, von einer halben Citrone den Saft, 1 Eßlöffel gestoßenen Zucker, 4 Löffel zerlaufene Fleischsulz; alles dies rührt man so lange, bis es wie ein dicker Brei aussieht, dann stellt man es auf Eis, daß es noch fester wird und gibt es über Geflügel, Hummer oder Fisch.

\*

**Johannisbeeren, verzuckerte.** Man nehme schöne rote, auch schwarze Johannisbeer-Träubchen, tauche sie in Eiweiß, dann in feinen Zucker, lege sie auf eine Porzellanplatte zum Trocknen und verziere sie zum Servieren mit frischen Johannisbeerblättchen.

\*

**Johannisbeer-Kuchen.** 190 Gramm Butter, 220 Gramm Mehl, 1 Eßlöffel Zucker rasch auf dem Nudelbrett zusammen machen, messerrückendick auswellen, Johannisbeeren daraufgeben, stark zuckern und schnell backen.

\*

**Seifig gewordene Waschschwämme** reinigt man auf sehr einfache Art: In 3 Liter Wasser thut man für 10 Rappen Salzsäure, legt die Schwämme für einen halben Tag hinein und spült sie dann mehrmals zunächst in heißer, starker Sodalösung und dann nochmals in reinem Wasser.