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

**Band:** 25 (1903)

**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:** 11.08.2025

**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. 11.** November 1903

## Die Kunst gut und praktisch einzukaufen.

(Schluß.)

**Chokolade und Kakao** sind nicht billig, wenn sie gut sein sollen. Der Bezeichnung „Gewürz"- oder „Vanillen"-Chokolade traue man nicht allzu sehr, noch weniger aber erwarte man, bei „Bruch-Chokolade" etwa Abfälle feiner Chokoladen zu billigem Preise zu erhalten, dies ist fast selten der Fall, diese Ware ist dem Preise angemessen und ist zu diesem Zwecke hergestellt. Mehl und Mehlpräparate kosten die Hausfrau im Laufe des Jahres manche Summe; darum gilt es, auch bei ihnen auf tadellose Beschaffenheit Acht zu geben. Das feinste **Weizenmehl** ist fast rein weiß mit gelblichem Schimmer, ballt sich beim Pressen leicht in der Hand zusammen und hat einen angenehmen süßlichen Geschmack. Ist das Mehl grau oder rötlich, hat es einen dumpfen Geruch und fühlt es sich kühl an, so ist es minderwertig und feucht. Echter **Perlsago** ist weißgelblich oder braun, glasartig durchscheinend; von gutem Kartoffelsago unterscheidet er sich aber wenig im Aussehen, der Unterschied zeigt sich erst beim Kochen. Der Perlsago quillt sehr langsam auf und zerfällt nicht, der Kartoffelsago zerkocht aber sehr schnell. **Reis** wird auch in verschiedenen Sorten in den Handel gebracht. Als der beste gilt der Carolinareis, der weiß, hart und durchscheinend ist und lange, schmalkantige Körner besitzt. Fast von gleicher Güte ist der Java-Tafelreis und der Patnareis, beide haben kleine, dünne, längliche Körner. Auch italienischer Reis ist in den besseren Sorten gut, die Körner sind runder und dicker, aber auch von weißem Aussehen, weniger gut ist der gelbliche Körner zeigende Mailänder Reis. Beim Einkauf ist auf ganze und reine, nicht mit Hülsen vermischte Ware zu sehen. Beim **Zucker** unterscheidet man Rohr- und Rübenzucker. Lange galt der Rohrzucker für bedeutend feiner und in früherer Zeit wohl mit Recht. Jetzt aber hat die Fabrikation des Rübenzuckers sich so vervollkommnet, daß die Raf-

finade in reinem Zustande dem indischen Rohrzucker wohl gleichsteht. Etwas anderes ist es, wenn der Rübenzucker nicht rein ist, dann hat er einen unangenehmen Beigeschmack, der selbst schlecht gereinigtem Rohrzucker nicht eigen ist. Die Raffinade ist der feinste Zucker, sie kommt in Hutform in den Handel und wird, allerdings zur Erzielung einer rein weißen Farbe, mit etwas Ultramarin gefärbt. Ist die Färbung zu stark, so sehe man vom Einkauf ab, es liegt der Verdacht nahe, daß ein größerer Zusatz des Farbstoffes eine ursprüngliche stärker gelbliche Farbe des Zuckers verdecken soll, die stets ein Zeichen der geringen Reinigung ist.

**Honig** ist auch nicht zu verachten und sollte derselbe, da er ein vorzügliches Nahrungsmittel ist, viel mehr verwendet werden. Beim Einkauf von Honig lasse sich keine Hausfrau durch einen billigen Preis locken, denn billige Ware ist kein Honig, sondern nur mit Honig aromatisierter Stärkesyrup. Nächst den süßen, brauchen wir zu unsern Speisen auch saure Zusätze, den **Essig**. Der beste Essig ist der Weinessig, während Obst- und Bieressig minderwertig sind. Guter Essig muß hell und durchsichtig, von angenehm saurem Geschmack sein. Aber selbst guter Essig hält sich nicht lange unverändert gut, er entwickelt schnell Essigälchen, es ist deshalb Essigessenz, die 60—80 Prozent reine Essigsäure enthält und auf chemischem Wege hergestellt wird, jedem Essig vorzuziehen, denn unter dem Vorteile unbegrenzter Haltbarkeit gibt sie die Gewähr beständig gleich guten Essigs, den sich die Hausfrau durch einfaches Vermischen der Essenz mit Wasser herstellt. An Stelle des Essigs braucht man auch bisweilen Pflanzensäfte, vor allem Citronensaft. Die **Citronen** kommen meist aus Sizilien und dem südlichen Frankreich. Sie sind desto besser, je saftreicher und dünnschaliger sie sind, vor allem dürfen sie keine Fehlstellen aufweisen. Angeschnittene Früchte sind leicht dem Verderben ausgesetzt, einige Tage kann man sie konservieren, wenn man sie mit ihrer Schnittfläche über ein Gefäß mit Essig stellt. Schließlich sei noch auf Gemüse und Früchte aufmerksam gemacht. Frisches gutes **Gemüse** muß naturgemäß höheren Preis halten, als alte abgelegene Ware. Wenn die Hausfrau aber das Gemüse nach dem Putzen vergleicht, den Abfall der billigen Sorte in Rechnung zieht, dann wird ihr sehr bald klar werden, daß auch auf dem Gemüsemarkt fast immer der billige Einkauf ein schlechter und dadurch teurer ist. Und noch in höherem Grade gilt das beim Einkauf billiger Früchte. Gewiß wäre es falsch, wenn man sagen wollte, nur der teure Einkauf sei gut, aber dazwischen liegt wie immer die goldene Mitte. Die kaufende Hausfrau soll sorgfältig nach billigen Quellen suchen, aber in erster Linie immer an der Güte des Einkaufes festhalten und sich niemals allein von der Billigkeit leiten lassen, sondern nur dann einkaufen, wenn

sie überzeugt ist, daß sie nicht nur billig, sondern auch gut einkauft. In unserer Zeit, in der die Verteuerung aller Lebensmittel eine ständige Klage unserer Hausfrauen bildet, gehört genaue Kenntnis guter Waren dazu, um die Kunst auszuüben, gut und billig einzukaufen. Daher sollte keine Hausfrau versäumen, sich persönlich zu orientieren und nicht, wie es so häufig geschieht, den Einkauf der Lebensmittel dem Mädchen selbständig zu überlassen.

## Ein bewährtes Hausmittel.

Die Früchte der Heckenrose (Rosa canina) sind im Herbst nicht nur eine Augenweide für den Naturfreund, sondern sie sind von der klugen Hausmutter ebensowohl für die Küche, als auch für die Hausapotheke gesucht. Die Hagebutte enthält ein Spezifikum gegen die Nieren- und Blasenleiden, die so oft nicht nur dem Kranken, sondern auch dessen Angehörigen das Dasein zur Hölle machen. Das zu Konfitüre verwendete Fleisch und die zu Thee gebrauchten Kerne der Hagebutten sollten daher immer vorrätig sein, um gleich bei den ersten Anzeichen einer Störung in den Organen der Harnbereitung gebraucht werden zu können. Größeren Kindern, denen eine krankhafte Schärfe des Harns oft die peinvollsten Verlegenheiten und den Angehörigen oft jahrelangen Kummer bereitet, sollte man täglich Hagebutten als Eingemachtes und als Thee verabreichen, das würde viel Unangenehmem vorbeugen.

## Zubereitung der Hagebutten.

Eingemachte Hagenbutten. Man reibt die Hagebutten mit einem reinen Tuche sauber ab, um sie von ihren Stacheln zu befreien, schneidet den Butzen weg und nimmt die Kerne aus dem Innern heraus, was mit einem zurechtgeschnittenen Hölzchen, mit einem kleinen Salzlöffelchen, oder mit einem Federkiel am besten geschieht. Dabei verursachen die kleinen Härchen, die den Samen umgeben, oft brennendes Jucken auf der Haut; es empfiehlt sich daher, zu dieser Arbeit frischgewaschene, weiße Handschuhe anzuziehen. Die Hagebutten müssen sehr sauber und rein ausgehöhlt werden, dann läßt man sie in Wasser einigemal aufkochen. Auf 1 Pfund Frucht rechnet man 375 Gramm Zucker, läutert diesen mit Hagebuttenwasser, gibt den Saft einer Citrone, sowie die Schale davon und 1/2 Tasse guten Weinessig (der Saft muß angenehm säuerlich schmecken) dazu und läßt die Hagebutten so lange darin kochen oder langsam ziehen, bis die Frucht zu einem weichen Köpfchen beginnt einzuschrumpfen, dann schüttet man sie

ab und gießt den zum Breitlauf eingekochten Zucker heiß über die Hagenbutten, läßt sie einen Tag leicht zugedeckt stehen und füllt sie nachher in Gläser. Sollte sich der Saft verdünnen, so muß er wiederholt aufgekocht werden.

Recht große, vollständig reife Hagebutten reibt man zwischen zwei groben Tüchern so lange, bis die Früchte von Außen ganz glatt und glänzend sind. Dann schneidet man die Stielchen zur Hälfte und den Butzen (oder die Blume) ganz ab und kratzt vom nun offenen oberen Ende her am besten mit dem Kiel einer passend zugeschnittenen Feder die Kerne und Fasern aus dem Innern der Hagebutten heraus, wäscht sie in frischem Wasser gut ab, gibt sie darauf in siedendes Wasser und kocht sie darin weich. Dann gibt man sie mit einem Schaumlöffel in kaltes Wasser und schüttet sie zum Abtropfen auf ein Sieb. Nun werden die Hagenbutten in eine Messingpfanne gegeben und mit soviel zum 1 Grad gekochtem Zuckersyrup übergossen, bis sie in der Flüssigkeit schwimmen. So stellt man sie über ein mäßiges Feuer, läßt den Syrup nicht ganz zum Kochen, sondern zum Zittern kommen, schüttet dann das Ganze, wenn dies einige Sekunden gedauert hat, in eine Schüssel, bedeckt diese mit Papier und stellt sie zum Erkalten der Früchte abseits. Nach 5—6 Stunden gießt man den Syrup von den Früchten ab, gibt noch ein wenig Zucker dazu, läßt ihn zum 2 Grad einkochen und schüttet ihn lauwarm über die Früchte. Dieses Abgießen, Aufkochen und wieder Uebergießen des Saftes, zu dem man jedesmal etwas neuen Zucker thut (im Ganzen rechnet man auf 1 Kilo Frucht 3/4 Kilo Zucker) geschieht noch 3—4 mal. Das letztemal läßt man den Saft, welcher beim Kochen immer gut abgeschäumt werden muß und dem der Saft von 2—3 Citronen beizugeben ist, reichlich bis zum 3 Grade einkochen, schüttet dann die Hagebutten dazu, läßt sie bis zum Kochen kommen, aber nicht wirklich kochen, sondern nur zur Seite des Feuers 2 Stunden durchziehen. Zum Schluß schüttet man das Ganze zum Erkalten vorsichtig in eine Schüssel und füllt es nachher in Gläser. Das Eingemachte wird mit einem in Cognac getauchten Papier belegt und das Glas mit Blase oder durch heißes Wasser gezogenem Pergamentpapier zugebunden.

Reife Hagebutten werden von den Butzen, Stielen und Kernen befreit, mit groben Tüchern abgerieben und 8—10 Tage in einem glasierten Gefäß in den Keller gestellt, täglich mit Wein bespritzt und mit einem silbernen Löffel umgerührt, dann durch ein Haarsieb getrieben und das Mark 1/2 Kilo auf 1/2 Kilo mit gestoßenem und gesiebtem Zucker zu einem gleichmäßigen Brei gerührt, in Gläser gefüllt und im Dunst gekocht (sterilisiert). So bleibt das Aroma sehr gut erhalten.

Die ganzen Hagebutten werden ein wenig gesotten, abgeschüttet und durch ein feines Haarsieb getrieben. Das sich ergebende Mark wird mit gleich schwer Zucker zu Marmelade eingekocht.

Zu Gelée werden die ganzen Früchte in Wasser weich gekocht und die Flüssigkeit mit gleich schwer Zucker eingekocht wie Apfelgelée.

Die ausgekernten und sauber geputzten Hagebutten werden getrocknet und sind dann als Würze zu Weinsaucen und Weinsuppen sehr beliebt. Die getrockneten und gut ausgesiebten Kerne der Hagebutten werden längere Zeit in Wasser gekocht, nach Belieben mit etwas Zimmet oder Vanille gewürzt. Die abgegossene Flüssigkeit ergibt einen vortrefflichen Thee, der für sich allein oder mit Wein oder Milch gemischt gereicht wird.

---

# Rezepte.

## Erprobt und gut befunden.

**Grüne Reissuppe.** Für 6 Personen wird eine Handvoll Sauerampfer und halb so viel Kerbelkraut erlesen, sauber gewaschen, in einem schwachen Löffel Fett oder Butter gedünstet, mit Wasser abgelöscht, bis die Blätter auseinandergehen. Dann wird nach und nach die nötige Fleisch- oder Knochenbrühe zugefügt; sobald dies aufkocht, 80 Gramm erlesener Reis eingerührt, die Suppe in 30—40 Minuten langsam fertig gekocht und über etwas gehacktes frisches Grüns und 1 Theelöffel „Maggi-Würze" angerichtet. Diese Suppe kann gut nur mit Wasser bereitet werden; in dem Falle muß sie dann, mit dem nötigen Gewürz versehen, über ein verklopftes Ei und nach Belieben etwa 30 Gramm Butter und eher etwas mehr „Maggi-Würze" angerichtet werden.

*

**Hammelkopfsuppe.** Bereitungszeit 3 Stunden. Für 4 Personen. Zuthaten: 1 Hammelkopf, 20 mittlere Kartoffeln, 1 Ei, Pfeffer, geriebene Semmel, 60 Gramm Butter, 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, Suppengemüse und 2 Liter Wasser. — Der Hammelkopf wird beim Metzger durchgehackt und das Hirn herausgenommen, gewaschen, abgebrüht und ganz weich gekocht. Dann werden die Kartoffeln und Wurzelwerk in der Bouillon zu einer seimigen Suppe gekocht, 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt hinzugegeben und das vom Kopfe abgelöste Fleisch, in nette Stückchen geschnitten, hineingelegt. Die Hammelzunge wird halbiert, aus dem Gehirn 2 Koteletten geformt, die Zunge mit Ei und Semmel garniert, ebenso die Koteletten, und beides in Butter unter Hinzufügung von Pfeffer und Salz gebraten.

**Eingelaufene Lebersuppe.** Eine halbe Kalbsleber wird auf 50 Gramm Rindsmark fein gewiegt, sodann drei ganze Eier und drei Eßlöffel voll Milch mit etwas Salz darunter gerührt, die Masse in die siedende Fleischbrühe einlaufen lassen und aufgekocht.

*

**Gratinierte Zwiebelsuppe.** Schneide einige Zwiebeln in feine Scheibchen, dämpfe sie in Butter, ohne sie Farbe annehmen zu lassen und übergieße mit Fleischbrühe. Füge ein Bouquet garni, enthaltend Petersilie, Lorbeerblatt und einen Knoblauchzinken bei, würze mit Salz und Pfeffer und lasse 20 Minuten lang kochen. Gleichzeitig schneide dünne Schildbrotscheiben und mische zu gleichen Hälften geriebenen Parmesan- und Schweizerkäse. Richte alles zusammen in der Weise in eine vertiefte Schüssel an, daß jeweils eine Lage Brot mit Suppe übergossen und dann mit Käse bestreut wird, worauf wieder Brot und Suppe folgen, bis der Vorrat erschöpft ist. Den Abschluß bildet eine dünne Lage Parmesankäse. Stelle die Schüssel in den heißen Ofen und lasse ihren Inhalt gratinieren. Serviere extra eine Schüssel kräftiger, mit „Maggi-Würze" leicht gehobener Fleischbrühe.

*

**Falsche Zunge.** Man läßt ein gutes Kuheuter 10 Tage pöckeln und 4—5 Tage räuchern. Sodann legt man es in kochendes Wasser, läßt es so lange kochen, bis es sich ganz weich sticht und läßt es hierauf in demselben Wasser erkalten. Es gibt einen billigen kalten Aufschnitt und wird meistens für Zunge gehalten.

*

**Kalbfleisch mit Mayoransauce.** 1 Pfund Kalbfleisch von der Brust, dem Schulterblatt oder auch vom Halse wird mit einem Liter kochenden Wassers aufgestellt, abgeschäumt und dann mit 10 Gramm Salz, 5 Pfefferkörnern, 5 Gewürzkörnern, 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel, sowie etwas Suppengemüse gar gekocht. Nun nimmt man das Fleisch heraus, macht im Tiegel eine weiße Mehlschwitze aus 50 Gramm Butter und 20 Gramm Mehl, gießt die Kochbrühe dazu und kocht seimig. Man würzt mit einem Eßlöffel fein geriebenem Mayoran und läßt das Ganze mit dem Fleisch noch 10 Minuten ziehen.

*

**Rindfleisch im Saft.** Ein Mockenstück wird von Knochen und Haut befreit, in fingerdicke Schnitten geschnitten, dann geklopft, zwischen je zwei Schnitten einige Tropfen Salatöl gegossen und einige Zeit liegen gelassen. Dann gibt man in ein gut schließendes Kochgeschirr einige Stückchen frische Butter und geschnittene Zwiebeln, dann eine Lage Fleischschnitten darauf, nebst Salz und Pfeffer, wieder gebröckelte Butter,

Zwiebeln u. s. w. Zuoberst muß Butter sein. Das Fleisch wird ohne Flüssigkeit langsam weich gekocht, bis der Saft eingekocht und das Fleisch schön gelb ist, ungefähr eine Stunde. Das Fleisch hernach anrichten und den Fond mit Wasser aufkochen und als Sauce dazu servieren.

*

**Reis-Omelette mit Tomaten.** Bereitungszeit 1 Stunde. Für 4 Personen. Zuthaten: 200 Gramm Reis, 4 Eier, 4 Tomaten, eine halbe Zwiebel, 70 Gramm Butter, 8 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, Salz und Pfeffer. — Der Reis wird in Butter mit der feingewiegten Zwiebel leicht angebraten und in Bouillon aus 8 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt und 3/4 Liter Wasser eben weich und körnig gekocht. Dann vermischt man ihn mit den durchgetriebenen Tomaten, Salz und etwas Pfeffer, sowie den Eiern, von denen das Weiße zu Schnee geschlagen wurde, und bäckt die Kuchen auf beiden Seiten schön gelb. Beilage: Endiviensalat, Gurkensalat oder Preißelbeeren.

*

**Omeletten mit Schinken oder Champignons.** Bereitungszeit 20 Minuten. Für 5 Personen. Zuthaten: 10 Eier, 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, 3 Löffel Mehl, 1 Löffel Schnittlauch, Schinken oder Champignons, Salz und Pfeffer. — In etwas warmem Wasser werden 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt aufgelöst; erkaltet, rührt man 3 Löffel Mehl, 10 ganze Eier, Salz, Pfeffer, 1 Löffel fein geschnittenen Schnittlauch oder gewiegtes Petersiliengrün gut damit durch. In einer Omelettenpfanne läßt man ein ziemlich großes Stück gesottenes Schmalz heiß werden, backt von dem oben angegebenen Teig mäßig dicke Eierkuchen, wobei man die Pfanne öfters rüttelt und die Masse fortwährend mit einem Messer durchsticht, bis sie gleichmäßig fest wird. Sind die Omeletten unten gebräunt (die Masse wird fünf Omeletten geben), so legt man sie auf eine Platte, bestreut sie auf der nicht gebackenen Seite mit gewiegtem Schinken oder Champignons und schlägt sie in der Mitte zusammen.

*

**Estragon-Sauce.** 1/2 Glas Essig wird mit 1 Kochlöffel voll gebrochener Pfefferkörner und 6 zerschnittenen Schalotten zur Hälfte eingekocht, mit etwa 1/2 Liter brauner Sauce, 1 Glas Rotwein und einer kleinen Handvoll Estragonblätter einige Minuten aufgekocht, dann wird die Sauce entfettet, fein durchpassiert, mit etwas Liebigs Fleisch-Extrakt vermischt und serviert.

*

**Rosenkohl mit Kastanien.** Schöner Rosenkohl wird erlesen, von den beschädigten Blättchen befreit, kurz aber gut gewaschen, in siedendem Salzwasser nicht zu weich gekocht, auf ein Sieb angerichtet und

mit kaltem Wasser abgespült. 20—30 Minuten vor dem Anrichten wird der Rosenkohl in einem Stückchen Butter gedämpft, mit Salz und Pfeffer bestreut, 1—2 Schöpflöffel Fleisch- oder Knochenbrühe, sowie geschälte, geschwellte Kastanien und nach Belieben ein wenig Rahm zugefügt, das Gemüse dann saftig fertig gekocht und beim Anrichten mit etwas Liebigs Fleisch-Extrakt gekräftigt.

*

**Kartoffelpuffer.** Rohe Kartoffeln, geschält, gewaschen, gerieben, in reinem Tuch leicht ausgedrückt; das abgeflossene Wasser enthält viel Kartoffelmehl, es setzt sich schnell, gieße das Wasser davon ab, gib das Mehl zu den geriebenen Kartoffeln, übergieße sie mit einer Tasse kochender Milch, schlage einige Eier, Salz und eine Tasse sauren Rahm daran, rühre durch, ein halber Löffel Mehl zugefügt, wenn die Masse zu dünn erscheint. Lasse Fett in einer Pfanne heiß werden, lege löffelweise nebeneinander von der Masse, backe auf beiden Seiten schön braun. Die Puffer sollen etwa 8 Centimeter groß, 1/4 Centimeter stark sein. Nach Belieben können auch einige geschlagene Eiweiß durch die Masse gerührt werden, was sie lockerer macht.

*

**Dampfnudeln.** 2 Pfund Mehl, 1 Liter Milch, 2 Eier, 125 Gramm Butter, Zucker, Salz und Hefe, alles erwärmt. Die Eier werden in die Milch geschlagen, die Butter zerlassen und alles gut mit dem Mehl verschafft. Zuletzt kommt die Hefe und der Vorteig hinzu, worauf man es zum Gehen hinstellt. Dann setzt man die Dampfnudeln mit einem Eßlöffel auf ein mit Mehl bestreutes Brett und läßt sie noch einmal gehen. Sie werden in Butter in geschlossener Pfanne gebacken, erst nach Abnehmen des Deckels wird der Zucker zur Kruste darangestreut.

*

**Eispunsch.** Mit reichlich einem halben Liter Wasser kocht man ein halbes Kilo Zucker auf, schäumt ihn aus und läßt ihn kalt werden. Dann mischt man die abgeriebene Schale einer und den Saft von 3—4 Citronen dazu, läßt alles durch ein Haarsieb laufen und gefrieren. Während dies geschieht, mischt man nach und nach unter anhaltendem Drehen der Büchse eine Viertelflasche vom besten Arak oder Rum und eine Flasche Rheinwein darunter, bis das Gefrorene Creme geworden ist, alsdann richtet man ihn in Gläsern an.

*

**Zum Einpöckeln von Rindfleisch** nehme man auf 18 Liter Wasser 1 Pfund Zucker, 132 Gramm Salpeter, 6 Pfund Salz und mische alles gut durcheinander. Nun wird diese Mischung in einem Kessel gekocht und ausgeschäumt; erst wenn kein Schaum mehr aufsteigt, wird die Flüssigkeit vom Feuer gehoben und vor der Verwendung abgekühlt.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.