

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 26 (1904)
Heft: 18

Anhang: Beilage zu Nr. 18 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: 20.02.2026

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

Briefkasten der Redaktion.

Eifrige Leserin in A.-Z. Erziehung ist nichts anderes als Gewöhnung; Sie müssen sich daher bei ruhigem Nachdenken selber sagen, daß die ersten Kinderjahre für die Bildung des Charakters maßgebend sind. Es zeigt wenig richtiges Verständnis für die hochwichtige Frage, wenn Sie erwarten, daß ein Jahr Aufenthalt in der Pension das Wesen Ihrer Tochter völlig umgestalten vermöge. Die Erziehungsanstalt kann ihrem Zögling nur eine bestimmte Umgebung, günstige Verhältnisse bieten, sie kann ihn unter einen gewissen Zwang, unter genaue Aufsicht stellen, sie kann ihn mit guten Vorbildern umgeben und schlimmen Einflüssen von ihm fern halten, und kann das eigene Verantwortlichkeitsgefühl, das eigene Streben wecken, doch kann sie keinerlei Gewähr bieten, daß der Zögling, sobald er der beständigen guten Einwirkung entzogen, des unmerklichen Zwanges ledig ist, in ungünstige Verhältnisse zu stehen kommt und sich selber regieren muß, auch auf dem richtigen Wege beharrt. Im Gegenteil: die vielfältige Erfahrung lehrt, daß sich gar nicht selten in kurzer Zeit ein völliger Umschwung vollzieht, daß der Zögling schlimmer als je, in seine alten Fehler zurückfällt und damit den Glauben an sich selbst, sowie die Kraft zur Umkehr verliert. Diesen Mißerfolg aber der Erziehungsanstalt aufzubürden,

sie dafür verantwortlich zu machen, ist ein großes Unrecht.

Frau S. P. in N. Es kommt für einen jeden einmal die Zeit, wo er seine Lernjahre zurücknehmen möchte, wo die Lücken in seinem Wissen und Können ihn anhängen, wo er wünscht, daß der Zwang zum Lernen noch intensiver an ihm vollzogen worden wäre. Wo ein ernstes Bille vorhanden ist, da kann aber Vieles nachgeholt werden, ohne daß dies gerade auf der Schulbank zu geschehen hätte. Dem strebenden Menschen, welcher Altersstufe er immer angehört, muß alles, was seinen Sinnen sich darbietet, zum Lehrgegenstand und zum Lehrmittel werden. So lange er nicht abgetümpft ist, hungert ihn nach neuem Verstehen, Wissen und Können.

Junge Leserin in A. Die Bahn ist bereits geöffnet, denn auch England hat jetzt eine von einer Kirchengemeinde gewählte Kanjeldnerin. Es ist ein Frä. Pehold, 28 Jahre alt und Tochter eines Offiziers. Sie hat in Berlin studiert und erwarb sich in Edinburgh den Titel „master of arts“ mit Auszeichnung. Gegenwärtig studiert sie noch in Oxford. — Wenn wir nun auch weder an Ihrem ernstem Streben, noch Ihrem innern Drang und Ihrer Begabung zur Kanjeldnerin zweifeln und auch das moralische Recht zur Ausübung dieses Berufes anerkennen, so möchten wir Ihnen doch raten, sich nicht so fest auf die Erfüllung

dieses Wunsches zu verheften, denn Sie könnten unter den Schwierigkeiten ein Amt zu finden, grau und alt werden. — Könnte privates Wirken als Sonntagsschullehrerin oder dergleichen Ihnen nicht auch genügen?

Gegen Verstopfung und deren Folgen (Hämorrhoidalbeschwerden, Blutanfaltungen) sind ein sicheres und dabei keine Schmerzen verursachendes, unschädliches, blutreinigendes Abführmittel die „St. Urs-Pillen“, erhältlich in Apotheken à 1 Fr. die Schachtel (60 Pillen enthaltend), oder direkt von der „St. Urs-Apothete in Solothurn“. Versand franco gegen Nachnahme. (Die genaue Gebrauchsanweisung, sowie Bestandteile sind auf jeder Schachtel angegeben.) Man achte genau auf den Namen: „St. Urs-Pillen.“ [2901]

Das vorzüglichste
GALACTINA Kinder-Milchmehl
ist die beste und vollkommenste
Nahrung für Säuglinge u. Kinder
zarten Alters. [2875]

Es diene zur gest. Kenntnissnahme, dass die Inserate unter den Nummern 3096, 3097 erledigt sind. Hochachtung!
3111] Die Expedition.

Gesucht für sofort eine ältere kathol. Frauensperson als Stütze einer Hoteliersfrau. Sehr leichte Stelle und Familienanschluss. Gest. Offert. u. Lohnanspruch zu richten unter **J. G. C. postlagernd Arosa** (Graub.). [3106]

Eine Tochter aus gutem Hause, die mit dem Saalservice gründlich vertraut ist, den Zimmerdienst kennt und auch in Keller und Küche Bescheid weiss, nimmt für die Saison Stelle als Saaltochter an. Die Gesuchstellerin spricht deutsch und französisch, ist in den Handarbeiten tüchtig und im Verkehr gewandt. Zeugnisse und Referenzen stehen zur Disposition. Gest. Offerten sub Chiffre **MG 3103** befördert die Exped. [3103]

Gebildetes Fräulein

3102] im Umgang mit Kindern vertraut, sucht Stelle als **Erzieherin** zu vier bis sechsjährigen Kindern. Gest. Offerten sub **Sch 1327 Q an Haasenstein & Vogler, Schaffhausen.**

Volontärin.

Eine leichte, angenehme Stelle steht offen in einem guten Privathaus der französischen Schweiz, für eine Tochter aus achtbarer Familie, die Liebe zu Kindern hat und erfahren ist im Nähen. Gute Behandlung ist zugesichert. Offerten unter Chiffre „Volontärin“ 3107 befördert die Expedition. [3107]

Eine mit vorzüglichen Attesten ausgestattete Tochter, laktoll und gewandt in ihrem Fach, der deutschen, französischen und englischen Sprache kundig, tüchtig in den Haus- und Handarbeiten, auch in der Damenschneiderei, und Inhaberin des Diploms einer guten Handelsschule, sucht Stellung als Gesellschafterin und Reisebegleiterin zu einer Dame, als Kinderfräulein, auch als Stellvertreterin oder Stütze der Hausfrau in eine gute Familie, vorzugsweise ins Ausland. Photographie zu Diensten. Offerten unter Chiffre **M M 3098** befördert die Expedition. [3098]

In einer guten Familie wird Stelle gesucht zur Verrichtung der Hausgeschäfte oder zur Besorgung von Kindern. Offerten übermittle die Expedition unter Chiffre 3097.

Eine intelligente Tochter, welche den Service und die Hausgeschäfte kennt, exakt und flink ist in der Arbeit und über gute Referenzen verfügt, wünscht Placement. Am liebsten in einem kleineren Hotel oder Fremdenpension zur Stütze der Hausfrau oder der Haushälterin. Ein Vertrauensposten würde aufs gewissenhafteste ausgefüllt. Gefällige Offerten unter Chiffre 3096 befördert die Expedition. [3096]

Nach der Muttermilch empfiehlt sich die sterilisierte Berner Alpen-Milch als bewährteste, zuverlässigste



Kinder-Milch

Diese keimfreie Naturmilch verhütet Verdauungsstörungen. Sie sichert dem Kinde eine kräftige Konstitution und verleiht ihm blühendes Aussehen.

Depots: In Apotheken. [2844]

In jeder Coniserie und besseren Kolonialwarenhandlung erhältlich.

CHOCOLATS FINS DE VILLARS

Die von Kennern bevorzugte Marke.

Dr. Wanders Malzextrakte

In allen Apotheken. 39jähriger Erfolg.

Reines, echtes Malzextrakt, altbewährtes, lösendes und stärendes Mittel geg. Husten-, Hals-, Brust- und Lungenleiden. Echtes Malzextrakt in Milch verührt, bildet das beste Frühstücksgetränk für Kinder und schwächliche Frauen. kl. Originalflasche Fr. 1.30, gr. Originalflasche Fr. 3.—

Jod-Eisen-Malzextrakt, 39jähriger Erfolg als vollkommener Ersatz des Leberthrans, bei Drüsenschwellungen, Hautausschlägen, Flechten etc. kl. Originalflasche Fr. 1.40, gr. Originalflasche Fr. 4.— [2731]

Dr. Wanders Malzzucker und Malzbonbons
rühmlichst bekannte Hustenmittel, noch von keiner Imitation erreicht. — Ueberall käuflich.

Vertrauensstelle für Frauenzimmer.

In einem gutgehenden Tuch- und Spezereigeschäft findet ein branchekundiges Frauenzimmer, das sich mit einigen tausend Franken beteiligen kann, eingetretener Umstände wegen, sofortige Stelle. Heirat nicht ausgeschlossen. Näheres unter Chiffre **P 2057 Y an Postfach 13, Bern.** [3085]

Somatose

FLEISCH-EIWEISS

Hervorragendes, appetitanregendes Kräftigungsmittel.

Farbenfabriken vorm. Friedr. Bayer & Co., Elberfeld. [2574]

Knaben-Institut * Handelsschule

Clos-Rousseau, Cressier b. Neuenburg.

Gegründet 1859.

Erlernung der modernen Sprachen und sämtlicher Handelsfächer. Sieben diplomierte Lehrer. Referenzen von mehr als 1600 ehemaligen Zöglingen. [2894]

Direktor: **N. Quinche**, Besitzer.

Frau, Ende der 40er Jahre, geschäftskundig, mit sauberer Schrift, in allen Haus- und Handarbeiten praktisch erfahren, gut bürgerlich kochend, sucht Stellung als Haushälterin oder Stütze der Hausfrau in gutem Hause. Offerten sub Chiffre 3093 an die Expedition dieses Blattes. [3093]

Eine hauswirtschaftlich, handarbeitlich, wissenschaftlich und gesellschaftlich gebildete Tochter von gediegem Charakter und guter Gemütsanlage, musikalisch, hätte Lust ins Ausland zu gehen und zwar vorzugsweise in eine Gegend, wo Tüchtigkeit und persönlicher Wert zur Geltung kommen können, und wo die Möglichkeit gegeben ist, sich mit der Zeit eine geachtete Selbstständigkeit zu erringen. Die Suchende ist eine sympathische Erscheinung und verfügt über beste Referenzen und Zeugnisse. Seriöse Offerten sub Chiffre „Ausland“ befördert die Expedition. [3083]

Gesucht ein gesundes und strebsames Mädchen vom Land, das sich für den Dienst in einem guten Hause tüchtig zu machen wünscht. Es kann aber nur eine gut erzogene und intelligente Bewerberin berücksichtigt werden. Bei befriedigenden Leistungen entsprechender Lohn. [FV 3062]

Für eine intelligente Tochter von gutem Charakter, in der Damenschneiderei tüchtig, wird Stelle gesucht als Kammerjungfer oder Stütze der Hausfrau im In- oder Ausland. Treuer Pflichterfüllung kann man versichert sein. Die Suchende spricht deutsch und französisch. Gest. Offerten unter Chiffre „Kammerfrau“ befördert die Expedition. [3058]

Gute Gelegenheit zur gründlichen Ausbildung in den Hausgeschäften ist einer von Haus aus ordnungsliebenden, an Reinlichkeit und Gehorsam gewöhnten, anständigen und intelligenten Tochter geboten. — Familienzugehörigkeit und mütterliche Ueberwachung. Offerten befördert die Expedition des Blattes unter Chiffre **FV 3061**. [3061 FV]

Eine Fräulein gesetzten Alters, deutsch und französisch sprechend, in der Krankenpflege erfahren, sucht Stellung zur Pflege und Gesellschaft einer Dame oder eines kränklichen Kindes, dem sie Sprachunterricht erteilen könnte. Beste Zeugnisse stehen zu Diensten. Gest. Offerten unter Chiffre **S 3039** befördert die Expedition. [3039]

Eine junges Mädchen, das sich unter freundlicher und geistvoller Anleitung in sämtlichen Hausarbeiten und im Kochen ausbilden soll, findet Stelle in gutem Hause. Offerten unter Chiffre 3060 befördert die Expedition. [3060 FV]

Kleiderfärberei, chemische Waschanstalt und Druckerei
Mangold & Röthlisberger, vormals **C. A. Geipel in Basel**.
Prompte Ausführung der mir in Auftrag gegebenen Effekten. [2846]

Töchter - Pension.

Guter französ. Unterricht. Musik. Malerarbeiten. Familienleben. Vorzügl. Referenzen. Prospekt auf Verlangen. Preis 80 Fr. per Monat. [3034]

Me. Jaquemot, Boudry, Neuchâtel.

Sorgfält. prompte
Bedienung.**Kleider-Färberei****Sprenger-Bernet, St. Gallen**

„Pilgerhof“

(Z. 44)

Fabrik.

48 Neugasse 48

Konkordiastr. 3

Telephon!

[3054]

Chem. WaschanstaltBillige
Preise.**Walliser Spargeln.**Täglich frisch gestochen, extra 2½ kg
Fr. 3.70, 5 kg Fr. 7.—, 1a Fr. 2.00 und Fr. 4.50
franco. (H 22450 L) [3105]

Felleys E., horticulteur, Saxon.

**Albert'sche
Universal - Garten-
und
Blumendünger**Reine Pflanzen - Nährsalze nach
Vorschrift von Prof. Dr. Wagner,
Darmstadt.

— 1 Gramm auf 1 Liter Wasser. —

Unübertrefflich

Zu haben: [3110]

In Blechdosen mit Patentver-
schluss 1 Ko. Fr. 1. 80, oder
5 Ko. Fr. 6.—Kleine Probedosen à 80 Cts.
bei Droguisten, Handels-Gärtnern,
Samenhandlungen u. s. w.Wo nicht erhältlich, wende man
sich direkt an:
General-Agentur für die Westschweiz,
einschliesslich der Kantone: Aargau
Basel, Bern und Solothurn:

Müller & Cie. in Zofingen.

General-Agentur für die Ostschweiz,
einschliesslich der Kantone: Zug,
Luzern, Uri, Schwyz, Unterwalden
und Tessin:

H. Rebmann in Winterthur.

Wiederverkäufer gesucht.
(Entsprechender Rabatt.)**Hausfrauen!**

Waschet mit der [3079]

Spar-Waschmaschine.Einfachster, billigster und bester Wasch-
apparat der Gegenwart. — Patent 25630.
Ehrendiplom und goldene Medaille an der
Ausstellung für weibliche Kunst und Ge-
werbe in Paris. Grösste Ersparnis durch
Schonung der Wäsche. Preis Fr. 55 d. d.
Generalagentur für die Schweiz: **K. L.
Blatter, Bern.** Prospekte verlangen.**Nervenleiden**jeder Art,
speziell**Kopfschmerzen,****Nervosität in**

Folge geistiger

und körper-

licher Ueber-

anstrengung,

Rückenmarks-**krankheiten.****Zuckerharnruhr, Gicht, Rheumatis-**
men, Gliederlähmungen, Wasser-
sucht werden sicher geheilt mit
der absolut schmerzlosen elek-
trischen Naturheilmethode. Da-
rüber giebt Auskunft der „**elektr.**
Hausarzt“, welcher à 1 Frs. zu
beziehen ist von **E. R. Hofmann,**
Institut für Elektrotherapie in
Bottmingerhölle b. Basel. (Adres-
sen von Geheilten zu Diensten.)

Echte
Berner Leinwand

Tisch-, Bett-, Küchen-
Leinen etc. [2792]

Reiche Auswahl.
— Billigste Preise.

Braut-Ausstatten.

Jede Meterzahl direkt
ab unseren mech. und
Handwebstühlen.
Leinenweberei
Müller & Co., Langenthal, Bern.

+ Magerkeit +Schöne, volle Körperformen durch
Sanatolin-Kraftpulver mit hypophos-
phorsäuren Kalksalzen, rasche Hebung der
körperlichen Kräfte. Stärkung des Gesamt-
nervensystems; in 6–9 Wochen bis 20 Pfund
Zunahme garantiert. Streng reell. — Viele
Dankschreiben. Preis Karton mit Gebrauchs-
anweisung Fr. 2.50 exkl. Porto. (01200 B)
Cosmetisches Institut Basel 26
Sempacherstr. 30. [2964]**Kochkurse in Heiden**

mit je sechswöchiger Dauer, beginnen am 4. Mai und 1. Juni.

Familienleben — Referenzen — Prospekte.

3100] (H 1495 G)

Frau M. Weiss-Küng.

SCHERRER
ST. GALLEN.
Zum Kameelhof
**MODE- u. SPORT-
BEKLEIDUNG**
FÜR HERREN.
CATALOGUE u. MUSTER FRANCO

2352

**KREBS-GYGAX, Schaffhausen.**Beste Hektographen-**MASSE**

Prospekte gratis.

[3109]

Prospekte gratis.

**Platinum-Anti-Corset**verbinden die besten Eigenschaften einer Kör-
perstütze mit tadelloser Figur und absoluter
Behaglichkeit. Das Anti-Corset ist leicht zu
waschen, da alle Stäbchen mit Leichtigkeit
herausgenommen werden können.Es enthält nur Platinum-Einlagen, welche
weder rosten noch springen. [2569]Alleinverkauf der echten Marke für St. Gallen
und Umgebung:**Hungerbühler-Langenegger & Kaestli**
ST. GALLEN

Neugasse 50 Neugasse 50.

Magen- und DarmleidenSodbrennen, Aufstossen, Aufsteigen eines Knäuels
b. z. Halse, Abgang von Wurmgliedern, Appetit-
losigkeit wechseln mit Heissunger, Schwindel,
Kopfschmerz, Uebelkeiten etc. sind sichere Kenn-
zeichen von **Wurmkrankheit!** Bandwurm mit
Kopf, Spul- und Madenwürmer samt Brut werden radikal, schmerz- und gefahrlos, ohne
Berufsstörung in 1/2–2 Stunden entfernt. Ueber 2000 Zeugnisse garantieren den Erfolg.
Angabe von Alter, Geschlecht, allgem. Kräftezustand, Körpergewicht mit deutl. Adresse
an die **Kuranstalt Neuallschwil, Basel.** [3108]**Wer's noch nicht weiss,**was die „neue“ elektrische Heilweise ist und leistet, ohne Diagnose,
ohne Arznei, ohne Wasserkur leistet, immer absolut schmerzlos, nur
reinigend und stärkend, nie schädigend, der lese darüber: „**Der
elektrische Hausarzt**“ von J. P. Moser in Frankfurt a. Main
und „**Der elektrische Haustierarzt**“ von demselben Verfasser.
Preis jedes Werkes Mk. 1.50. Freimarken aller Länder werden
in Zahlung genommen. Kleine Broschüre: „**230 elektrische
Kuren**“ (Preis 50 Pfennig) vom Verfasser: [2510]**J. P. Moser, Frankfurt a. M., Mainquai 26 l.****Kopfgrind.**[2853] Seit einiger Zeit war ich mit **Kopfgrind** behaftet. Es bildeten sich
unter heftigem Jucken weiche, borkige, von Haaren durchbohrte Massen u. Krusten,
nach deren Abhebung rundlich vertiefte, mit einer dünnen Oberhaut bedeckte
Hautstellen zurückblieben. Der Ausschlag hatte sich nach und nach über den
ganzen Haarboden verbreitet und drohte in letzter Zeit auch auf die Stirne
überzugehen. Die Privatpoliklinik Glarus hat dieses lästige Uebel durch briefl.
Behandlung gründlich beseitigt, wofür ich den gebührenden Dank ausspreche.
Geroldswil b. Dietikon, Kt. Zürich, 28. Sept. 1902. Adolf Stadtmann, Präs.
Die Echtheit der Unterschrift des Herrn Ad. Stadtmann, Präsident,
bezeugt: Geroldswil, 28. Sept. 1902. Gemeinderatskanzlei Geroldswil, der
Gemeindeschbr.: Frei. Adr.: Privatpoliklinik Glarus, Kirchstr. 405, Glarus.**CHOCOLAT
Klavs****CHOCOLACTÉ
EXTRA FONDANT ETC.**

2887 (H. 1.1.)

Losedes **Ferienheims Grubisbalm**
am Rigi versendet à 1 Fr., Listen à
20 Cts., das Versand-Depot **Fran
Haller, Zug.** Haupttreffer 5000 Fr.
und über 10,000 Gewinne. Ferner em-
pfehle **Eggerberger Kirchen-**
baulose à 1 Fr. Erster Treffer
1000 Fr. Nur 15,000 Lose. Auf 10
eins gratis. [2826]Unübertrefflich gegen fettglänzende
Haut, Sommersprossen und unreinen

Teint. [2939]

Nur echt mit dem Namenszug

Bergmann

auf der Etikette.

Versand direkt an Private von

St. Galler Stickereienin nur tadelloser Ware für Frauen-,
Kinder- u. Bettwäsche, Taschentücher,
Krägli, Kravatten in reicher Auswahl
und zu mässigen Preisen. — Man ver-
lange die Musterkollektion von 1898
R. Mullsch, Broderie zur Flora, St. Gallen.

Ergänzung der täglichen Nahrung

mittels kleiner Quantitäten von

Dr. Hommel's Haematogen

(gereinigtes, concentrirtes Haemoglobin, D. R.-Pat. Nr. 81,391, 70,0, chemisch reines Glycerin 20,0, Wein 10,0 incl. Vanillin 0,001)

bewirkt bei Kindern jeden Alters wie Erwachsenen

schnelle Appetitzunahme * rasche Hebung der körperlichen Kräfte * Stärkung des Gesamt-Nervensystems.
 Warnung vor Fälschung! Man verlange ausdrücklich Dr. Hommel's Haematogen. Von Tausenden von Ärzten des In- und Auslandes glänzend begutachtet!

12442

Kuranstalten Affoltern am Albis.

Die seit 1890 bestehenden und von den Ärzten Herren Dekan Dr. J. J. EGLI und Dr. L. CATTORI mit ausgezeichnetem Erfolg geleiteten Kuranstalten (O.F. 6117) [3086]

Arche und Lilienberg

in Affoltern am Albis werden bestens empfohlen. Gewissenhafte, individuelle Behandlung, vegetarische Abteilung, Wasser-, Luft- und Sonnenbäder, Lüftkuren. Anerkannt bescheidene Preise: in der Anstalt Arche von Fr. 4.—, im Kurhaus Lilienberg von Fr. 7,50 an. Letzteres vorarlpinische Höhenlage, 600 m ü. M., grosse Luftbäder mit Spielplätzen. Prospekte gratis.

Die Verwaltung.

Der Betrieb des Sanatoriums Lilienhof ist auch an uns übergegangen.

Töchter-Institut „Flora“

Krontal, St. Gallen.

Moderne Sprachen, Musik, alle Fächer. **Specialunterricht für geistig und körperlich zurückgebliebene Töchter.** Beste Verpflegung und liebevollste Behandlung. Angenehmes Heim bei Besuch öffentlicher Lehranstalten. Mässiger Preis, Referenzen, Prospekte. [3020]

Frau M. Brühlmann-Heim.



Alkohol-freie
WEINE
MEILEN ZÜRICH

4 Geschäftsbücher, Fr. 6

für Handwerker u. Geschäftsleute.

Hauptbuch, praktisch eingeteilt Fr. 2.50
 Journal-Tagebuch 2.—
 Kassabuch mit netter Einteilung 1.50
 Fakturbuch, übersichtlich eingerichtet 1.80
 Versende alle 4 Bücher statt zu Fr. 7.80 zu nur Fr. 6.—.

Kopierbücher Fr. 1.80.

Geschäftsbücher und Carnets in jeder Grösse u. Lineatur liefert schnell und billig (Preise auf Verlangen) [2981]

Schreibbücherfabrik

A. Niederhäuser
Grenchen.

Wer

die Produkte der Schweiz, Bretzel- und Zwieback-Fabrik Ch. Singer, Basel, noch nicht kennt,

tut gut

einmal einen kleinen Versuch zu machen.

Singers Hygien. Zwieback

Unentbehrlich f. Kinder, Kranke, Wächnerinnen, Magenleidende. Beste Zugabe zum Thee, Café usw.

Kleine Salzbrezeli

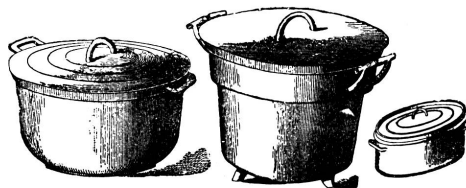
das feinste zum Bier.

Echte Basler Leckerli.

Sämtliche Produkte sind lange haltbar!

An Orten, wo keine Dépôts, verlangen Sie direkte Zusendung und Preisliste. [2926]

Patent. Stahlguss-Kochgeschirre



bieten gegenüber den emaillierten infolge ihrer **ausserordentlichen** Dauerhaftigkeit und Billigkeit wesentliche Vorteile; es erfordern solche keine Verzinnung und rosten niemals. — General-Dépôt bei [2940]

Debrunner-Hochreutiner & Cie., Eisenhandlung
St. Gallen und Weinfelden.

Esset Käse!!

Trotz Aufschlag versende ich feinen **Emmenthalerkäse** à Fr. 1.40 per Kg.; hochfeinen, saftigen **Emmenthalerkäse** à Fr. 1.55 per Kg.; feinen **Tilsiterkäse** à Fr. 1.50 per Kg. Versand von 5 Kg. an. Es empfiehlt sich [2978]

Moser, Käsehandlung, Lyssach, Bern.



Bei Magen- und Darmkrankheiten, Brechdurchfall der Kinder,

Ernährungsstörungen im Säuglingsalter, akuten und chronischen Diarrhöen der Erwachsenen etc. als Ersatz für Medikamente übt unbestritten **ENTEROSE** ihre rasche und sichere Wirkung aus. — Im Gebrauch in staatlichen Krankenhäusern, Kinderspitälern, Sanatorien etc. — Büchsen Fr. 1.25 und 2.50. Wo in Apotheken nicht erhältlich, direkt zu beziehen durch die [2990]

Gesellschaft für diätetische Produkte, A.-G., Zürich.

Wichtig für Frauen!

Verlangen Sie gratis Prospekt über **Hygien. Frauenschutz** (leichtlös., Pessarier) von [3059]
„Sécurité“, La Chaux-de-fonds.
 Strengste Discretion!

Gelähmt.

Hochverehrter Herr Doktor!
 Meinen innigsten Dank erstatte ich Ihnen für die Heilung meines Leidens. Ich war seit Jahren gelähmt, nunmehr bin ich durch Ihre briefl. Behandlung vollständig geheilt.
 Jakob Egger, Zürich. [3069]

Adresse:
Kuranstalt Näfels (Schweiz).
 Dr. med. **Emil Kahler**, prakt. Arzt.

Der Krankheitsbefund [2536]

(Diagnose) aus den Augen.

7 Briefe für Aerzte, Heilbefähigende, Erzieher, Eltern, um die Krankheiten aus den Augen zu lesen. Mit drei Farben- und 4 Autotypen-Tafeln. Von P. J. Thiel. Preis Mk. 1.50 (in Marken) und 10 Pfg. Porto. Zu haben bei J. P. Moser in Frankfurt (Main), Mainquai 26 I.

Dauernd

auf Jahre, wahr! nur

Parketol

(gesetzlich geschützt)

dem Fussboden sein gutes Aussehen. Glanz ohne Glätte. Feucht wischbar.

Kein Blochen.

Gelblich Fr. 4.—, farblos Fr. 4.50.

Verkaufsstellen:

Rorschach: B. Zander & Co.

Rüti (Kt. Zürich): U. Altörfer.

Schaffhausen: Gebr. Quidort.

(Gg. Sieg, Sohn. c)

(Weitere folgen.)

Parketol ist nicht zu verwechseln mit Nachahmungen, welche unter ähnlich lautenden Namen angeboten werden. [3026]

Heirate nicht

ohne **Dr. Retau, Buch über die Ehe**, mit 39 anatomischen Bildern. Preis 2 Fr., Dr. Lewitt, **Beschränkung d. Kinderzahl**, Preis 2 Fr., gelesen zu haben. Versand verschlossen durch **Nedwig's Verlag** in Luzern.
 Abnehmern beider Werke liefere **gratis** „Die schmerz- und gefahrlose Entbindung der Frauen“ (preisgekröntes Werk). [3081]

Vorteile

sind's, die ich infolge Grosseinkaufs bieten kann und die meinen Schuhwaren jährlich einen nachweisbar immer grösseren Vertrieb verschaffen:

Erstens, die gute Qualität;

Zweitens, die gute Passform;

Drittens, der billige Preis.

wie z. B. No. Fr.
 Arbeiterschuh, stark beschlagen . 40/48 6.50
 Herrenbindschuhe, sol. beschl., Italien 40/48 8.—
 Herrenbindschuhe, für Sonntag mit Spitzkappe, schön und solid . 40/48 8.50
 Frauenschuhe, starke, beschlagen . 36/43 5.50
 Frauenbindschuhe, für Sonntag, mit Spitzkappe, schön und solid . 36/42 6.50
 Frauenbottinen, Elastique, Sonntag, schön und solid gearbeitet . 36/42 6.80
 Knaben- und Mädchenschuhe, solid 26/29 3.50
 Knaben- und Mädchenschuhe, solid 30/35 4.50
 Alle vorkommenden Schuhwaren in grösster Auswahl. Ungezählte Dankschreiben aus allen Gegenden der Schweiz und des Auslandes, die jedermann hier zur Verfügung stehen, sprechen sich anerkennend über meine Bedienung aus. [2959]

Unreelle Waren, wie solche soviel unter hochtönenden Namen ausgeboten werden, führe ich grundsätzlich nicht. Garantie für jedes einzelne Paar. Austausch sofort froo Preisverzeichnis mit über 300 Abbild. gratis u. franco.

Rud. Hirt, Lenzburg.

ältestes und grösstes Schuhwaren-Versandhaus der Schweiz.



Wir Alle kaufen nur
Chocolat Sprüngli
gleich vorzüglich
zum Rohessen wie zum Kochen!

(Za 1111 B)

[2508]

Echt engl. Wunderbalsam

Marke St. Fridolin, empfiehlt billigst
Reischmann,
Apotheker, Näfels-Glarus.

Bad Fideris. Der eisenhaltige Natronsäuerling, der von jeher hochgeschätzt
Heilquelle von Fideris

wird wegen seiner angenehm schmeckenden, erfrischenden und Appetit anregenden Eigenschaft als

Tafelwasser empfohlen: Blutarmen, Magen-, Hals- u. Nierenkranken, sowie Reconvalescenten.

Das Wasser wird nicht erst nach künstlichen Manipulationen, sondern gerade wie es dem Felsen entquillt, in Flaschen abgefüllt und versendet.

Dasselbe ist durch das Haupt-Dépôt, **C. Helbling, Apotheker in Rapperswil**, sowie durch die Mineralwasser-Handlungen und Apotheken der Schweiz zu beziehen. [3112]

Alexander & Cie., Bad Fideris.

Cacao De Jong

der feinste und vorteilhafteste
holländische Cacao.

Königl. holländischer Hoflieferant.

Goldene Medaille

Weltausstellung Paris 1900

Grand Prix Hors Concours

Hygienische Ausstellung Paris 1901.

Garantiert rein, leicht löslich, nahrhaft, ergiebig, köstlicher Geschmack, feinstes Aroma. [2571]



Braut- Pensionat- und Erstlings-
Ausstattungen

komplett oder teilweise liefern wir in sorgfältigster Ausführung, vom Einfachen bis Hocheleganten, äusserst vorteilhaft

Moser & Cie, z. Trülle, Zürich I.

Besteingerichtete Wäschefabrik in Seebach, eigene Hand- und Maschinen-Stickerei
Illustrierter Katalog gratis. Auf Verlangen Spezial-Aufstellungen. [3016]

Vorzügliches Mittel, alle ähnlichen Produkte an Wohlgeschmack und Wirkung übertreffend von vielen Aerzten empfohlen gegen: SKROFULÖSE LEIDEN DRÜSENGESCHWULSTE, HAUTAUSSCHLÄGE, BRUSTSCHWACHE, ALLGEMEINE SCHWACHE DER KINDER, u. s. w.



Preis: Frs. 4 die 1/2 Literflasche
ZU HABEN IN DEN APOTHEKEN, die auch Gratiismuster und Broschüren austreten, wo dieses nicht geschieht schreibe man direkt an: SAUTER'S LABORATORIEN Aktien Gesellschaft GENÈVE, welche sofort kostenfreie Sendung machen [2793]

Soolbad Laufenburg (Schweiz).

Altrenommiertes, der Neuzeit entsprechend eingerichtetes Bade- und Kuretablissement. Grosse Gartenanlagen, Terrassen, direkt am Rhein. Soolbäder. Kohlensäure-Bäder, neuestes System. Fichtennadel-Bäder. Separates Badezimmer im I. Stock. Hoch- und Sitzdouchen, Massage u. s. w. Prospekte gratis. [3075]

Der Kurarzt: Dr. med. Beck-Borsinger.

Der Besitzer: Xav. Suter, Sohn.

Kinder- [3033]
Lederschürzen

zur Kleiderschonung empfiehlt
F. X. BANNER, Rorschach
Lederschürzenfabrikation
Signalstrasse.



— Korpulenz —

Fettleibigkeit
wird beseitigt durch die Korpulina-Zehrkur. Kein starker Leib, keine stark. Hüften mehr, sondern jugendlich schlank, elegante Figur und graziöse Taille. Kein Heilmittel, kein Geheimmittel, sondern naturgemässe Hilfe. Garantiert unschädlich für die Gesundheit. Keine Diät, keine Aenderung der Lebensweise. Vorzügliche Wirkung. Paket Fr. 2.50 exklusive Porto.

M. Dienemann, Basel 26
(O 1201 B) Sempacherstrasse 30. [2784]

Lose

für das Ferienheim Grubisbalm
versendet à 1 Fr. per Nachn. **Frau Blatter**, Loseversandt, Bern. Erste Treffer Fr. 5000, 3000, letzter Fr. 5. Ziehungsliste 20 Cts. [3089]

Haarausfall
und frühzeitiges Ergrauen, deren allgemeine Ursachen, Verhütung und Heilung. [3039]

„Adler“, Kindermehl

von **H. Bieri, Huttwil**
vollständiger Ersatz der Muttermilch. Zubereitung erstaunlich einfach. Von Kindern mit Vorliebe genossen. [3014]
Dépôts gesucht. Marke „Adler“ déposée. (H 1376 Y)

Brillant-Seife & Seifenpulver

werden von sparsamen Hausfrauen immer angewendet, wo es sich darum handelt, eine regelmässig schöne u. tadellose Wäsche zu erhalten. Die Hausfrauen sparen mehr durch d. Gebrauch von guten Seifen, da schlechte Seifensorten die Wäsche bald ganz ruinieren.

Überall zu haben. [2499]

Sirolin

Wird von den hervorragendsten Professoren und Aerzten als bewährtes Mittel bei

Lungenkrankheiten, Katarrhen der Atmungsorgane, Chronische Bronchitis, Keuchhusten, und namentlich

auch in der **Reconvalescenz nach Influenza** empfohlen.

Hebt den **Appetit** und das **Körpergewicht**, beseitigt **Husten** und **Auswurf**, bringt den **Nachtschweiss zum Verschwinden**.

Wird wegen seines angenehmen Geruchs und Geschmacks auch von den Kindern gerne genommen.

Ist in den Apotheken zum Preise von Fr. 4. — per Flasche erhältlich.

Man achte darauf, dass jede Flasche mit untenstehender Firma versehen ist.

F. Hoffmann-La Roche & Cie., Chem. Fabrik, Basel.

2885

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirtschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 5.

Mai 1904

Wert der Nahrungs- und Genussmittel.

Der ganze Lebensprozeß besteht in einer unaufhörlichen Stoffaufnahme und Stoffausscheidung, und je energischer dieser Stoffwechsel vor sich geht, desto gesunder ist der Mensch. Die Grundlage der Gesundheitspflege besteht also naturgemäß darin, den Stoffwechsel innerhalb unseres Körpers im richtigen Gange zu erhalten und dazu gehört außer genügender Atmung und Bewegung auch die richtige Wahl der Nahrungs- und Genussmittel. Es ist durchaus nicht einerlei, wie sehr viele Menschen glauben, was man ißt, im Gegenteil auf die Güte und den Wohlgeschmack unserer Speisen kommt es sehr an.

Der Wert der Nahrungsmittel richtet sich nach dem Grade ihrer Verdaulichkeit.

Die Nahrungsmittel sind um so verdaulicher, je flüssiger und leichter löslich sie im Wasser und in den für sie bestimmten Verdauungsflüssigkeiten, im Mund- und Bauchspeichel, im Magen- und Darmsafte und in der Galle sind.

Die Nahrungsmittel sind ferner um so verdaulicher, je näher sie in ihrer Zusammensetzung den Stoffen unseres Körpers stehen. Deshalb sind tierische Nahrungsmittel, also ganz besonders das Fleisch von Säugetieren, verdaulicher als pflanzliche.

Der Wert und der Wohlgeschmack des Fleisches hängen auffällig von der Art und Weise ab, wie das Tier gefüttert wurde. Das wertvollste und schmackhafteste Fleisch liefern in der Regel die Rinder, welche ausschließlich mit Cerealien und Heu gefüttert wurden. Selbst die Weide hat einen wesentlichen Einfluß; Tiere, welche in gebirgigen Gegenden ein süßes Heu verzehren, haben ein weit schmackhafteres Fleisch als solche, die in sumpfigen Gegenden saures Heu bekommen.

Das schlechteste Fleisch haben die Rinder, welche mit Schlempe und Runkelrübensproßlingen gefüttert werden.

Ganz besonders ist der Geschmack des Schweinefleisches von der Fütterung abhängig. Das Fleisch von Schweinen, welche mit Trebern, Molke und Milchabfällen gefüttert wurden, ist ein vorzügliches, saftiges und wohlschmeckendes. Dagegen ist das Fleisch solcher Schweine, die auf verdorbene Stoffe, von der Fäule befallene Kartoffeln usw. angewiesen waren, geradezu widerwärtig.

Kälber, die nur mit Milch gemästet wurden, die haben ein schönes, weißes, nahrhaftes Fleisch, solche dagegen, welche nur Heu und Grünfutter bekamen, die liefern ein weniger nahrhaftes, etwas ins Rötliche stechendes Fleisch.

Mit der fortschreitenden Mästung ändert sich das Gewichtsverhältnis der Knochen zum Fleisch und zwar zu Gunsten des letzteren; auch nimmt der Gesamt-Wassergehalt ab und der Fettgehalt zu. Recht fette Tiere haben zehn Prozent mehr Fett und zehn Prozent weniger Wasser als magere.

Ein Nahrungsmittel ersten Ranges ist die Milch, denn sie enthält alle Stoffe in sich vereinigt, welche der menschliche Organismus zu seiner Erhaltung bedarf, ein zweites so vollkommenes Nahrungsmittel kennen wir nicht, alle anderen Speisen, auch das Fleisch, bieten nur eine einseitige Ernährung, die nur durch eine passende Mischung ausgeglichen werden kann. Von der Milch allein leben ganze Völkerstämme, so die Bauern in Schweden, das Volk in Kurdistan, die Beduinen Arabiens.

Die Butter enthält vorwiegend das Fett der Milch; der Nährwert derselben ist zwar kein anderer als jener übrigen tierischen Fette, aber sie hat einen vorzüglichen Wohlgeschmack und ist leicht verdaulich. Wird abgerahmte Milch zum Gerinnen gebracht und das Gerinnsel gesammelt, so ist das gewonnene Produkt nur wenig fetthaltig und heißt magerer Käse. Bringt man unabgerahmte Milch durch eine Säure oder durch Kälberlab zum Gerinnen, so entsteht fetter Käse, der außer Casein auch noch das Fett der Milch enthält, er ist also höchst nahrhaft; freilich wird er selten in dem Verdauungsapparat vollständig ausgenutzt, besonders nicht in dem der Kinder, für die Käse stets ein wenig empfehlenswertes Nahrungsmittel bleibt.

Käse enthält bis zu 34 Prozent Albuminate oder Eiweißstoffe, Fleisch 18 Prozent, Linsen 26, Erbsen und Bohnen 22, Kartoffeln nur 1—2 Prozent.

Das Hühnerei gilt beim Volke für sehr nahrhaft, was auch richtig ist; aber von Eiern allein kann man nicht leben, wie Viele glauben; den Eiern fehlen die Kohlenhydrate, diese im Verein mit den Albuminaten bilden erst eine vollständige Nahrung.

Der Dotter ist fett- und eiweißreicher als das Weiße des Eies. Rohe Eier sind nur dann leichter verdaulich, wenn sie unter andere Speisen verteilt sind, da sie sonst im Magen zu einem schwer löslichen Klumpen gerinnen; das Trinken von Eiern ist für einen schwachen Magen durchaus nicht zu empfehlen. Frische Eier sind in der Mitte durchsichtig, schwappen nicht beim Schütteln und sinken in einer 5 bis 10 prozentigen Kochsalzlösung unter.

Die pflanzlichen Nahrungsmittel sind deshalb schwerer zu verdauen, weil ihre Nahrungsstoffe meist in unverdaulichen, schwer durchdringlichen, aus Cellulose bestehenden Zellen eingeschlossen sind. Durch Kochen, Backen, Mahlen sucht man diese harten Hüllen zu zersprengen und diese Nahrungsmittel verdaulicher und wertvoller zu machen. Trotzdem aber bleibt beim Genuß von pflanzlichen Speisen immer eine Menge von Nahrungsstoffen unverdaut, die unverwertet den Körper wieder verlassen. Deshalb müssen auch bei pflanzenfressenden Tieren diese Nahrungsstoffe in großer Menge eingeführt werden und viel länger im Verdauungsapparat verweilen, sie verlangen eben eine weit kräftigere Verarbeitung als die tierischen.

Völker, welche hauptsächlich von Pflanzenkost leben, sind unkräftig, sanft und sklavischen Sinnes, während Völkerschaften, die vorwiegend Fleischspeisen genießen, kriegerisch und freiheitliebend sind. (Schluß f.)

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Tomatensuppe. 4 oder 5 Tomatenäpfel werden gewaschen, gedämpft und durch ein Sieb gerührt. In einem andern Topfe wird Reis gekocht mit Bouillon und Gewürz, die Tomaten hinzugethan und nochmals aufgekocht. Dann wird die Suppe mit Ei und Rahm abgequirlt und mit feiner Petersilie angerichtet.

*

Schnell gemachte Rindfleischsuppe. Für 6—7 Personen schneidet man 2 Pfund Fleisch in kleine Würfel, läßt einige Löffel Mehl in 2 Stuch frischer Butter gelbbraun werden, gibt das Fleisch hinzu und läßt es auch etwas rösten, dann eine Sellerieknohle in Stücke geschnitten und eine gelbe Rübe. Dann gießt man so viel kochendes Wasser zu, als man Suppe wünscht, läßt es 1—1½ Stunden kochen und schüttet es durch ein Sieb. Reis wird allein gekocht und beim Anrichten mit der Sellerie in die Suppe gegeben, die mit Ei abgerührt wird.

*

Jägersuppe. Von einem gebratenen Hirschhuhn schneidet man das Brustfleisch in schmale Streifen. Alles andere Fleisch, samt den Knochen,

stößt man recht fein; schneidet dann $\frac{1}{2}$ Pfund rohen Schinken, einige Zwiebeln und Gelbrüben in Würfel und bratet es in Butter gelb, hierauf röstet man 3 Löffel Mehl auch in Butter, gibt Schinken, Zwiebel und Gelbrüben dazu, sowie das feingestößene Fleisch, gibt so viel wie nötig Fleischbrühe daran, läßt alles zusammen $1\frac{1}{2}$ Stunden kochen; seiht die Suppe durch und richtet sie über die Fleischstückchen und Weichschnitten an.

*

Feiner Schmorbraten. Auf 1 Kilo Schweinefleisch wird etwa $\frac{3}{4}$ Liter Wasser mit einer Bratengarnitur siedend gemacht, das Fleisch — wenn nötig, aufgerollt — hineingegeben und in etwa $\frac{4}{5}$ — $1\frac{1}{2}$ Stunde unter fleißigem Begießen im Bratofen weich gebraten. Sobald die Flüssigkeit eingedämpft und der Fond schön braun ist, wird derselbe mit etwas Knochenbrühe und $\frac{1}{2}$ Glas Wein aufgelöst, aufgekocht und das Fleisch dann unter fleißigem Begießen saftig eingekocht. Nachdem das Fleisch tranchiert und angerichtet, wird die Sauce mit wenigen Tropfen „Maggis Würze“ gekräftigt, zum Fleisch gegeben und alles recht heiß serviert.

*

Gebeizte Hammelskeule. Eine Hammelskeule wird ausgebeint, abgehäutet, sauber gespickt und mit Essig, in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, gelben Rüben, Lorbeerblättern, ganzem Pfeffer, Thymian und einer in Scheiben geschnittenen, halben Citrone 24 Stunden eingebeizt, nachher gut abgetrocknet, mit reichlich Butter weich gedämpft und mit einer Rahmsauce serviert.

*

Russische Beefsteaks. Vom Filet werden Scheiben geschnitten, recht dünn geklopft, ohne daß es zerrissene Stellen gibt, gesalzen und gepfeffert. Hierauf wird Speck in fingerdicke Stücke geschnitten, gewürzt und mit Petersilie bestreut, in jede Scheibe ein Stück Speck eingewickelt, gebunden und mit Butter und einer in Scheiben geschnittenen Zwiebel hart aneinander gelegt, gedämpft, die Jus mit brauner Sauce vermischt, mit Fleischextrakt gekräftigt und darüber passiert.

*

Schweinskotelette mit Robert-Sauce. Für 8—10 Personen. Zeitdauer 20 Minuten. Man schneidet etwa 10—12 Kotelette aus einem nicht zu fetten Schweinscarré, und zwar so dick, daß an jedem ein Rippenknochen sitzt, den man nach Belieben entweder kürzt oder zuspitzt, oder auch ganz auslösen kann. Mit der flachen Seite eines Hackmessers geklopft, werden die Kotelette mit Salz und Pfeffer bestreut, in zerlassener Butter auf raschem Feuer steif gemacht, dann in nachstehend angegebene Sauce gelegt, in der sie kurze Zeit ziehen, doch

nicht kochen dürfen. Einige in Scheiben geschnittene Zwiebeln werden in Butter gelblich geschwitzt, mit Mehl verrührt und mit Bouillon von Liebig's Fleischextrakt verkocht. Sobald die Sauce feinigt geworden, streicht man sie durch ein Sieb, schärft sie mit Essig, zwei Löffel Senf, verrührt sie mit einem Stückchen Butter und gibt sie über die Kotelette, die angerichtet, mit einem Kranze gleichmäßig großer, gebratener Kartoffeln umgeben werden.

*

Fleischkloß. (Hackbraten.) $\frac{3}{4}$ Pfund Kalbfleisch, $\frac{3}{4}$ Pfund Ochsenfleisch und $\frac{3}{4}$ Pfund Schweinefleisch fein gehackt, 6 kleine Brötchen in Wasser eingeweicht und ausgedrückt, in Butter, Zwiebel und Petersilie gedämpft, werden mit dem feingehackten Fleisch und 3 Eiern gut verschafft, geformt und gebraten.

*

Gebratene Tauben. Die Tauben werden sauber gerupft, auf Spiritus abgeseigt, ausgenommen, nur wenig ausgewaschen und mit einem reinen Tuche abgerieben. Den andern Tag reibt man sie innen und außen mit Salz und Pfeffer ein, steckt jeder Taube Herz, Leber, etwas Speck, Zwiebel und Butter in den Leib, steckt die Beinchen innen hinein und kreuzt die Flügel über den Rücken. Dann gibt man in eine eiserne Kasserole Butter, legt die Tauben fest nebeneinander hinein, brät sie auf offenem Feuer an und läßt sie unter öfterem Begießen im Bratofen fertig werden. Vor dem Anrichten gibt man etwas Semmelmehl und sauren Rahm in die Sauce.

*

Rühreier mit Schinken. 8 Eier nebst einer Untertasse voll in kleine Würfel geschnittenem, gekochtem Schinken werden in einer Kasserole mit einem Schneebesen geschlagen, dann mit reichlich Butter auf langsames Feuer gesetzt und so lange gerührt, bis sich ein nicht zu dünner gleichmäßiger Brei gebildet hat; nachdem man das nötige Gewürz beigelegt hat, richtet man denselben sogleich an und serviert ihn mit einigen Tropfen gutem Jus oder Fleischextrakt.

*

Fischklöße. (Amerikanisch.) Uebriggebliebene, gekochte Fischreste werden sauber entgrätet und mit ebenso viel gekochten, geschälten Kartoffeln im Mörser fein gestoßen, das nötige Gewürz und einige Eigelb beigelegt und alles durch ein Drahtsieb passiert; von dieser Masse werden 5 Livre große Stücke gerollt, dieselben in heißer Butter auf beiden Seiten gelb gebacken, erhaben angerichtet und recht heiß serviert.

*

Forellen blau zu kochen. Die Forellen werden nicht geschuppt, nur ausgeweidet, abgespült und auf eine flache Schüssel gelegt, mit heißem

Essig begossen und $\frac{1}{2}$ Stunde zugedeckt hingestellt. Dann gibt man sie in kochendes Wasser mit reichlich Salz und dem Essig und läßt sie 6 Minuten kochen. Man gibt sie mit geschmolzener Butter und feingehackter Petersilie.

*

Sardellenpastetchen. Von Buttermig werden Böden ausgestochen, dieselben mit Eigelb bestrichen und auf jeden eine halbe gereinigte Sardelle aufgerollt, in die Mitte ein wenig Sardellenbutter gelegt, dann ein gleich großer Deckel von Buttermig darauf gedrückt, nochmals mit Ei bestrichen, im heißen Ofen gebacken und warm serviert.

*

Markknöpflein. Man nimmt $\frac{1}{4}$ Pfund Mark, legt es in frisches Wasser, drückt das Blut heraus und stößt es im Mörser mit 2 Milchbrötchen, schlägt 2 Eier darein, verarbeitet es gut mit Salz und Muskatnuß, formt Kügelchen daraus und kocht sie kurz vor dem Anrichten in der Fleischbrühe.

*

Bratheringe zu machen. Hierzu nimmt man schöne gesalzene Heringe und legt dieselben drei Tage, bevor man Gebrauch davon machen will, in Wasser. Das Wasser wird täglich zweimal abgeschüttet und erneuert. Die nun so entsalzenen Heringe werden jetzt in Butter oder auch Del gebacken, wodurch man eine delikate und billige Fischspeise erhält.

*

Heringskartoffeln. Die gargekochten Kartoffeln werden geschält und in Scheiben geschnitten. Unterdessen dampft man Zwiebel in Butter, gibt etwas Mehl, dann Wasser, Salz, Pfeffer, wenig Essig daran, wenn es kocht die feingehackten Heringe und zuletzt die Kartoffeln. Sind sie gehörig durchgekocht, so gibt man etwas Rahm daran.

*

Verrührte Kartoffeln. Große Kartoffeln werden gewaschen, geschält, in Wasser gelegt — bis zum Gebrauch, dann in Scheiben geschnitten und in siedendem Salzwasser rasch weich gekocht, das Wasser abgeschüttet, die Kartoffeln verrührt oder zerstampft und zugedeckt vom Feuer gestellt. Indessen wird eine bräunliche, kräftige Sauce bereitet, diese den Kartoffeln beigegeben und alles mit wenig Fleischbrühe aufgekocht. Einige Tropfen „Maggis Würze“ — beim Anrichten zugeben — machen das Gericht noch schmackhafter.

*

Risotto. 20 Minuten vor dem Anrichten in 75 Gramm Rindermark und 75 Gramm frischer Butter, 2 mit 8 Nekteln besteckte Zwiebeln braun anlaufen lassen, 400 Gramm verlesenen, in einem reinen Tuch abgeriebenen, nicht gewaschenen Reis dazu. Wenn der Reis das Fett

eingezogen hat, $\frac{1}{2}$ Liter heiße Fleischbrühe angegossen, offen, auf jäher Hitze eindämpfen lassen, danach 1 Liter heiße Brühe nach und nach zugegossen, die Zwiebeln entfernt, 70 Gramm geriebenen Parmesankäse zugemischt, nach Belieben auch gebratene Geflügelreste oder Stückchen von gedünsteter Kalbsleber. Heiß aufgetragen und geriebenen Parmesankäse und heiße Fleischbrühe besonders dazu. In Italien wird der Risotto mit 1 Messerspitze Safran gelb gefärbt.

*

Stangenspargel mit holländischer Sauce. Etwa 2 Pfund Spargel werden gepuht und in siedendem Salzwasser mit ein wenig Butter weich gekocht, darauf auf einer Schüssel bei Seite gestellt. Sodann rührt man $\frac{1}{4}$ Pfund Butter zu Schaum, fügt einen Eßlöffel Weizenmehl, zwei Kaffeelöffel Weinessig und ein Eidotter hinzu, gießt nach und nach $\frac{1}{4}$ Liter Fleischbrühe oder auch Spargelwasser an, rührt die Sauce über gelindem Feuer bis fast zum Kochen ab und richtet sie nun über dem auf die Schüssel gelegten Spargel an.

*

Der frischgestochene Spargel darf niemals ins Wasser gelegt werden, weil er dadurch alle Kraft und jeden Nährwert verliert. Viele Händler lassen ihn oft längere Zeit bis zum Markttage im Wasser liegen, weil er dadurch weiß und frisch bleibt, sogar an Gewicht zunehmen soll. Allein das Wasser zieht ihn aus, und jede Hausfrau weiß, daß man überhaupt alle zarten Gemüse nicht länger im Wasser liegen lassen darf, als zum Waschen unbedingt notwendig ist. Man verwahre ihn im Keller oder überhaupt an einem kühlen Orte zugedeckt.

*

Westfälischer Kartoffelpfannkuchen. Man reibt rohe, geschälte Kartoffeln, schüttet etwas Wasser darauf und thut es zum Ablauen auf ein Sieb oder in ein Tuch, dann gibt man in einer Schüssel einige Eier, saure Rahm und etwas Salz hinein und bäckt von dem Teige in reichlich Butter kleine flache Kuchen, etwa so groß wie Beefsteaks, recht froß. Werden gleich verspeist.

*

Große Kartoffelklöße. Die Kartoffeln werden am Tage vorher mit der Haut gekocht, abgeschält und gerieben. Zu 3 Teilen Kartoffeln, 1 Teil geriebenes Weißbrot; die in kleine Würfel geschnittenen Krusten brät man in Butter und nimmt zu einem Suppenteller voll 2 Eier und 60 Gr. Butter. Die Butter wird mit Eidottern und Muskat eine Weile gerührt, das übrige dazu und der Schaum der Eier. Hiervon werden handdicke Klöße aufgerollt, mit Mehl bestreut und in kochendem Salzwasser $\frac{1}{4}$ Stunde gekocht. Man gibt braune Butter dazu.

Um durch den Gebrauch verdorbene oder widrig riechende Federn wieder herzustellen, thut man dieselben in einen leinenen Beutel, kocht sie eine Stunde lang oder gibt sie in Seifenwasser unter öfterem Herausnehmen, Drücken und Drehen und schüttet sie, wenn alle Seife aus denselben entfernt ist, auf einen trockenen Boden und trocknet sie durch häufiges Umwenden. Sie schwellen hierbei hoch auf und werden wieder schön. Die damit gestopften Betten legt man vorsichtshalber noch oft in die Sonne, um die etwa noch den Federn anhängende Feuchtigkeit zu entfernen. Federn, die zu frisch in die Betten geleert und darin klumprig geworden sind, hat man nur nötig, in einem großen Kessel über Kohlenfeuer unter fleißigem Umrühren vorsichtig zu erwärmen.

*

Alten Parkettböden ihre ursprüngliche Farbe wiederzugeben. Man kocht gleiche Teile, etwa ein Pfund kalcinierte Soda und gelöschten Kalk mit 8 Liter Wasser eine halbe Stunde in einem eisernen Topfe unter Umrühren, gießt die erhaltene Lauge ab und bestreicht damit mittelst eines an einem alten Schrubber oder dergleichen befestigten Tuches den Fußboden. Hierdurch wird das auf dem Boden befindliche alte Wachs verseift und erweicht. Nach einiger Zeit reibt man den Boden mit einer harten Bürste, feinem Sand und viel Wasser ab, um Wachs und Unreinigkeiten zu entfernen. Alsdann bestreicht man das Parkett mit sehr verdünnter Schwefelsäure, spült mit etwas Wasser nach, läßt gut trocknen und wischst nun von neuem.

*

Sauerwerden der Milch. Durch dasselbe wird die Rahmbildung sehr beeinträchtigt, denn in saurer Milch können die Fettkügelchen nicht mehr in die Höhe steigen. Da dieser Fehler meistens nur im Sommer und dort auftritt, wo die Kühe in dumpfen, unreinen Stallungen gehalten werden, also zu einer Zeit und in solcher Umgebung, wo sich die Säurebakterien am besten entwickeln können, so liegen die Mittel zur Verhinderung dieses Fehlers klar auf der Hand. Sie heißen: Reinlichkeit und im Sommer sofortiges Einstellen der Milch in Eiswasser.

*

Um schnell ohne Flaschner eine Kanne, die rinnt, dicht zu machen, verstreiche man das Loch mit Baumwachs und klebe auch noch etwas Papier darauf. Eine so geflickte Gießkanne hält Monate lang. Nur heißes Wasser darf nicht hineinkommen, weil sonst das Baumwachs sich auflöst.

*