

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 26 (1904)
Heft: 23

Anhang: Beilage zu Nr. 23 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: 23.02.2026

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

Ich will's dir nimmer sagen?

Ich will's dir nimmer sagen,
Wie ich so lieb dich hab',
Im Herzen will ich's tragen,
Will stumm sein wie das Grab.
Kein Lied soll dir's gestehen,
Soll stehen um mein Glück,
Du selber sollst es sehen,
Du selbst — in meinem Blick.
Und kannst du es nicht lesen,
Was dort so zärtlich spricht,
So ist's ein Traum gewesen,
Dem Träumer zürne nicht!

Robert Brug.

Neues vom Büchermarkt.

Was sollen wir lesen und wie sollen wir lesen? Vortrag gehalten im Auftrag des Vereins für Volksunterhaltungen in der Albertthalle zu Leipzig von Prof. Dr. Georg Witkowski. Leipzig (Max Hesse's Verlag). Preis 20 Pfennig.

Wir wünschen dem wirklich interessanten Büchlein eine recht große Verbreitung, in der Hoffnung, daß viele Leser und Freunde der Literatur manches Wertvolle daraus schöpfen werden.

Hundepflege bei grosser Hitze.

Dem Phylax, der so manche Nacht Haus und Hof gar zu bewacht, müssen ihre Besitzer während der heißen Zeit erhöhte Aufmerksamkeit schenken. Die Hunde, welche den ganzen Tag an der Kette liegen, sind vor übergroßer Hitze dadurch zu schützen, daß man ihre Hütte in den Schatten legt und dieselbe gründlich reinigt, ebenso den darum liegenden Platz. Besonders die Landleute sind recht lässig in dieser Hinsicht und lassen den Hund durch die schlechte Unterlage und die infolgedessen massenhaft auftretenden Infekten aller Art große Qual leiden. Ferner ist die Versorgung des Hundes mit frischem Wasser, und zwar mehrmals am Tage, von Wichtigkeit. Wasser, welches auch nur kurze Zeit gestanden, wird warm und bringt den Hund keine Erquickung mehr. Besonders für den Ziebhund ist die Erfrischung durch kaltes Wasser im Sommer von grossem Werthe. Für Parterrebewohner wäre es ein Leichtes, den vor ihrem Hause haltenden Ziehbunden ein Gefäß mit frischem Wasser hinzusehen. Jedes Kind würde gewiß gern diesen kleinen Samariterdienst übernehmen, und Eltern und Lehrer erziehen dadurch ihre Pfleglinge zum praktischen Tierschutz. Diese For-

derung entspricht keineswegs einer übertriebenen Tierliebe; liegt es doch im Interesse eines Jeden, der Tollwut durch einfache Mittel vorzuzeigen.

Briefkasten der Redaktion.

Fr. S. in A. Es gibt nicht wenig Menschen, welche die Thorheiten, die sie begehen, nicht sich, sondern den anderen übernehmen. Wer mit ihnen leben muß, der darf nicht empfindlich sein, sonst würde er sich in kurzer Zeit aufreben.

28. Die Brotzorgre macht den Menschen immer egoistisch, dem Anschein nach. Eine Frau, die für ihre Kinder das Brot erwerben und sich mitten in den unerträlichen Ersatzkampf stellen muß, leistet Doppeltes; einmal durch die Sorge und Anstrengung der Arbeit und dann durch die unerträgliche Nötigung, hart und selbstsüchtig zu sein entgegen ihrer natürlichen Art. Das wird viel zu wenig berücksichtigt und anerkannt.

Frau A. in L. Ein mit besonders lebhafter Phantasie und großem Zartgefühl begabter Mensch taugt nicht zum Kaufmann; er wird in diesem Beruf selber sich glücklich fühlen, noch wird er Echtheit leisten können. Ein Zwang liegt daher ein großes Unrecht für das Kind, das sich intuitiv gegen das ihm aufgenötigte „Glück“ wehren muß.

Ein unentbehrliches Toilette- und hausmittel.

Unter den modernen Toilettemitteln, welche bei der Damenwelt besonders beliebt, ja unentbehrlich geworden sind und die in keinem Haushalt fehlen sollten, muß in erster Linie das Kaiser-Borax gedacht werden, welcher das einzige geruchlose, antiseptische Mittel zur Hautpflege ist. Seine Anwendung (Einwerfen ins Waschwasser) ist die denbar einfachste und seine große Reinigungs Kraft, verbunden mit einer verschönenden und erfrischenden Wirkung auf die Haut erklärt die große Popularität dieses Toilettemittels. Während früher der Gebrauch des Borax mit großen Kosten verknüpft und demgemäß sehr eingeschränkt war, ist er jetzt infolge des niederen Preises in den allgemeinen großen Konsum übergegangen und die Verwendung des Kaiser-Borax — eines für Toilette und Haushalt zwecke besonders fein zubereiteten, chemisch reinen, schneeweißen Boraxpulvers — hat heutzutage die weiteste Ausdehnung angenommen. Beim Eintausch verlangt man ausdrücklich den echten Kaiser-Borax in roten Kartons zu 15, 30 oder 75 Cts. Kaiser-Borax besitzt bekanntlich die Eigenschaft, das härteste Wasser weich zu machen und je weicher das Wasser, desto günstiger seine Wirkung auf die Haut. Tägliche Boraxwaschungen verleihen der Haut Jugendfrische, Fartheit und Elastizität und beseitigen Unreinlichkeiten und Röte der

Haut. Körperwaschungen und Bäder mit einer Lösung von Kaiser-Borax beseitigen sofort zuverlässig jede üble Körperaussäufung, was namentlich zur Sommerszeit, wo starke Transpiration oft unvermeidlich ist, besonderen Wert hat. Bei der Mund- und Zahnpflege ist die Anwendung des Kaiser-Borax ebenfalls von bestem Erfolg. Auspülungen mit Kaiser-Borax-Wasser stärken das Zahnmuskel, heilen etwaige Entzündungen der Mundschleimhäute, desinfizieren Zähne und Mundhöhle und machen den Atem frisch und rein. Einer Überblick über die vielseitige, praktische Verwendbarkeit des Kaiser-Borax gewinnt man aus der jedem Karton beigefügten Gebrauchsanweisung. — Kaiser-Borax-Seife (Preis 75 Cts.) von derselben Firma, Heinrich Mack in Ulm a. D., ist zur hygienischen Hautpflege besonders geeignet und wegen ihres angenehmen Weichmachungsergebnis äußerst beliebt.

Gegen Appetitlosigkeit, Blutarmut (Bleichfucht, Anämie), Nervenschwäche (Neurasthenie) und deren Folgen, wie Mattigkeit, Schwindselanfälle, allgemeine Schwäche, ist der blutbildende und nervenstärkende „St. Urs-Wein“ das beste; erhältlich in Apotheken zu Fr. 3.50 die Flasche oder direkt von der „St. Urs-Apotheke in Solothurn“. Verlandt französisch gegen Nachnahme. (Die genaue Gebrauchsanweisung, sowie Bestandteile sind auf jeder Flasche angegeben.) Man achtet genau auf den Namen: „St. Urs-Wein.“ [2902]

Lungenleiden. „Antituberulin“ heißt rasch selbst hartnäckige Fälle von **chron. Lungenkatarrh** und **Asthma**; es ist zugleich das beste Vorbeugungsmittel gegen Schwindsucht. Große Erfolge. Vielle Anerkennungsschreiben. Preis 1/4 Fr. Fr. 5. — 1/2 Fr. Fr. 3.50. [2920] Allgemeiner Fabrikant: Apotheker W. Kraus, Bieben bei Basel; Depots: Apotheker Lösch, Berlin; Markt-Apotheke Basel; Apotheke zum Zitronenbaum, Schaffhausen; Apotheke Reischmann, Rüschlikon.

DIE MUNDPFLEGE.

Der Pfeffermünzgeist **Ricqles**, ein wohlriechendes, antisept. Zahnwasser, gibt den Zähnen ihre weisse Farbe, reinigt den Atem und beseitigt den Tabakgeruch. Man fordere stets **Ricqles**. (Ausser Wettbewerb, Mitglied des Preisgerichts Paris 1900.) [3134]

GALACTINA Kindermehl erleichtert das Zähnen kräftigt und stärkt den kleinen Körper, verhüttet und heilt Erbrechen und Diarrhoe. [2874]

In Apotheken, Drogerien etc.

Zur gefl. Beachtung.

Hersteller, welche in den laufenden Wochennummern erscheinen sollen, müssen spätestens je Mittwoch vormittag in unserer Hand liegen. Es sollen keine Originalzeugnisse eingesandt werden, nur Kopien. Photographien werden am besten in Uniformform beigelegt. Schriftlichen Auskunftsbegehrungen muss das Porto für Rückantwort beigeklebt werden. Offerten, die man der Expedition zur Beförderung übermittelt, muss eine Frankaturmarke beigelegt werden.

Wer unter B. in den Mappen der Leseveraine liest und dann nach Adressen von hier inserierten Herrschaften oder Stellenleuchten fragt, hat nur wenig Aussicht auf Erfolg, indem solche Gesuche in der Regel rasch erledigt werden.

Eine anständige und pflichtgetreue junge Tochter findet Stelle zur Besorgung eines vierjährigen Knaben in einem bündnerischen Luftkurorte. Eindritt sofort. Offerten mit Zeugnissen und womöglich mit Photographie befördert die Exped. unter Chiffre P 3181.

Für Vertrauensstelle sucht man eine in der besseren Küche und in den Hausgeschäften tüchtige, gewandte und ordnungsliebende Person. Wirklich ernstes Relektantinnen, die ihre Ehre darin setzen, eine gute Stelle treu zu verschenken, gibt die Redaktion dieses Blattes gerne Auskunft. Offerten unter Chiffre W 3168 übermittelt die Exped. d. Bl. [3168]

Eine einzelstehende Frau, Witwe, sucht Vertrauensstelle in besseres Haus, zur selbständigen Besorgung der Küche und des Hauswesens, am liebsten zu einzelstehender Dame oder Herrn. Eindritt Mitte oder Ende Juni. Gefl. Offerten unter Chiffre A 3171 befördert die Exped. [3171]

In einem angesehenen Doktorhaus auf dem Land (kleine Familie), sehr schöne und gesunde Gegend, ist gute Stelle offen für eine treue und fleissige Person zur Verrichtung der Hausgeschäfte und Besorgung der Küche. Gute Gelegenheit zur Weiterbildung im Kochen. Reinlichkeit und Pflichttreue ist verlangt. Lohn und Behandlung gut. Offerten mit Zeugnisabschrift oder Empfehlung achtbarer Personen verschenkt. befördert die Exped. unter Chiffre 3129.

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

Kinder-Milch

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

Depots: In Apotheken. [2844]

In jeder Confiserie und besserem Kolonialwarenhandlung erhältlich.

CHOCOLATS FINS DE VILLARS

Die von Kennern bevorzugte Marke.

1894



Kaiser-Borax

Zum täglichen Gebrauch im Waschwasser. Der chemisch reine Kaiser-Borax ist das natürliche, mildeste und gesündeste Verschönungsmittel für die Haut, macht das Wasser weich, hellt rauhe und unreine Haut und macht sie zart und weiss. Bewährtes antiseptisches Mittel zur Mund- und Zahnpflege und zum mediz. Gebrauch. Vorsicht beim Einkauf! Nur echt in roten Kartons zu 15, 30 und 75 Cts. mit ausführlicher Anleitung. Niemals los! Kaiser-Borax-Seife mit Veilchen-Duft, Stücke zu 75 Cts. Spezialitäten der Firma Heinrich Mack in Ulm a. D.

(S) 2-1400 (S)

[3156]



Damenbärte etc. werden mit meinem Enthaarungsmittel unbedingt sicher **sofort** mit der Wurzel **schmerzlos** entfernt. Erfolg und Unschädlichkeit garantiert. Diskreter Versand gegen Fr. 2.20 Nachnahme oder Briefmarken. [2884]

Frau K. Schenke, Zürich Bahnhofstr. 16.

Gesucht:

in einer Kuranstalt eine **Kochlehrtochter** und eine **Saallehrtochter**. Offerten übermittelt die Expedition unter Chiffre 3177. [3177]

Gebildete Dame gesetzten Alters, in Führung eines guten Haushaltes, sowie in Kinder-Erziehung und Handarbeitserfahren, sucht Vertrauensstelle. [3178]

Oeancuz für eine junge Tochter, welche im Haushalt tüchtig werden und bezüglich Charakter, Einsicht und weiblichem Wissen für die Stellung als Ehefrau und Mutter herangebildet werden soll. Freundliche Anleitung und gediegener Familienvorkehr. Gefl. Anfragen befördert die Expedition unter Chiffre F V 3124. [3124]

Eine durchaus vertrauenswürdige, alleinstehende junge Frau sucht Stellung als Buchhalterin und Korrespondentin bei bescheidenen Ansprüchen. Gefl. Offerten unter Chiffre B.-K. 3155 befördert die Exped. [3155]

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]

Zu meiner Freude erkläre ich hiermit, dass sich Ihre briefliche Behandlung bei mir bestens bewährt hat und ich von meinem langjährigen Magen- und Nervenleid gänzlich Befreiung erfuhr. Durch Kuranstalt Nüfels (Schweiz) Dr. med. Emil Kahlert, prakt. Arzt. [3063]

Sanatorium Steffisburg bei Thun

für Nerven-Herzkranken, Rheumatiker, innere und Frauenkrankheiten. Komplet ausgerüstete Anstalt für physikalische Therapie. Mässige Preise. Centralheizung. [3156]

Prospekte gratis durch den leitenden Arzt und Besitzer Dr. Sixt.

Ein feines Reinwoll-Damen-Jaquett in modernster Façon à Fr. 12.50.
Ferner hunderte hochfeinster Tailor-Jaquettes in Wolle, Seide, Etamines etc. etc.
in allen möglichen Preislagen, Weiten und Größen für Damen und Kinder.
3164]

Öettinger & Co., Zürich.

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

Günstiger
Geschäftsverkauf.
Aus Gesundheitsrücksichten ist in gewerbreichem Marktstrecken ein
Mercerie- und
Nouveauté-Geschäft
sofort zu verkaufen. Anzahlung
20 milie bar; Rest nach Ueber-
einkunft. Offerten unter Chiffre
M R 3157 befördert die Expedition
dieses Blattes. [3157

Wünschen Sie
ein billiges Haus- und Tisch-
getränk, ein vorzügl. Eisen-
präparat, so gebrauchen Sie
Hausmanns Tonische Essenz
nach Hensel. [3202
Hausmanns Hechtapotheken
Basel, Davos, St. Gallen,
Genf, Zürich.

Walliser Spargeln.

Täglich frisch gestochen, zart, extra,
2 1/2 kg Fr. 3.40, 5 kg Fr. 6.50, 11a Fr. 2.50
und Fr. 4.50 franco. (H 2245 L) [3105

Felley E., horticulteur, Saxon.

Fidele Bücher!

Das schweiz. Deklamatorium, 240 Oktavseiten. Urkom. und ernste Gedichte, Deklamationen, Possen, Theater Fr. 1. 50. Schnitz und Zwetschgen, das fidele Buch 50 Cts. Eine Predigt in Reimen 20 Cts. Krausmanns-Predigt 20 Cts. Mischnaschyvorlesungen 20 Cts. Handwerkersprüche, u. d. 20 Cts. Liebes- und Hochzeits-Predigt 20 Cts. E Schwinget uf em Juraberg, Posse mit Gesang und Tanz 50 Cts. Ich rede niemand böses nach, Soloscherz 20 Cts. Wie man Geld verdient 20 Cts. Obige 10 Broschüren zusammen statt Fr. 3. 90 nur Fr. 2. 50. [2979 Versand durch

A. Niederhäuser, Buchhdlg.
Grenchen.

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

„Der elektr. Hausarzt“ ist à Fr. 1. — zu beziehen durch E. G. Hofmann, Institut für Naturheilkunde, Bottmingermühle bei Basel. [3160

Reine, frische Nidelbutter z. Einsiedeln liefert gut und billig [3160
Otto Amstad in Beckenried, Unterwalden.
„Otto“ ist für die Adresse notwendig.



Walzenhausen **Gasthaus & Pension z. Linde**

nächst der Meldegg.

Geräumige Lokalitäten, schöner Gesellschaftssaal, freundliche, aussichtsreiche Zimmer mit prima Betten. Terrasse mit prächtiger Aussicht auf den See, Rheintal und Gebirge. Ruhige Lage, prächtige Waldspaziergänge. Reelle Weine, feines, offenes Bier, gute Küche. Pensionspreis Fr. 4. — bis 4.50. Telefon. Grosse Stallung. — Es empfiehlt sich höflichst [3203
Der Besitzer: J. Künzler-Niederer.

Alpiner **Flühli** 900 m ü. M.
Luftkurort. Kt. Luzern.

Ruhiger, freundlicher Aufenthalt in windgeschützter, waldreicher Alpengegend. — Schöne Spaziergänge. — Zentralpunkt für Gebirgstoren. — Alkal. Schwefelquelle. **Kurhaus Flühli:** best bekannt, durch Neubau verschönert und erweitert. Grosser Verandas und Terrassen. Frohmittige Zimmer. Behagliche Einrichtung. Bäder, Milch, Pensionspreis (4 Mahlzeiten und Zimmer) Fr. 4.50 bis 5.50. (H 2360 Lz) [3201
Kurarzt: Dr. Enzmann. Prospekte bereitwilligst durch Leo Enzmann, Besitzer.

Luftkurort Menzberg 1010 m ü. Meer. **ist eröffnet.** 1010 m ü. Meer.

Prachtvolle Fernsicht; schöne Spaziergänge in aus Kurhaus stossende Wäldern. Eigene Wasserversorgung. Grosses, gedeckte Veranda. Deutsche Kegelbahn. Telegraph und Telefon. Vom 1. Juni bis 30. September zweimalige Fahrpostverbindung mit Station Menzna. (O 275 Lz) [3179
Mai, Juni und September bedeutende Preismässigung. Prospekte gratis.

Höflichst empfiehlt sich H. Käch-Graber, Besitzer.



„Rooschütz“-Waffeln sind das anerkannte Lieblings-Dessert von Jung und Alt. [3152

Alleinige Fabrikanten: Rooschütz, Heuberger & Co., A.-G., Bern.

Knochenfrass.

Seit 5 Jahren litt ich an **Knochenfrass**. Ich hatte 2 Fisteln, resp. Wunden, die eine am rechten Oberarm, die andere am rechten Oberschenkel, aus denen meist eine jauchige, eiterige Absonderung floss. Wiederholt sind Knochenplitter ausgestossen worden. Die rechte Hüfte schmerzte zeitweise heftig. Das rechte Bein ist im Wachstum zurückgeblieben und erheblich dünner als das andere. Ich wurde im Laufe der Jahre dreimal operiert, ohne dass eine Heilung bezweckt worden wäre; das Uebel trat immer wieder auf. Die Privatpoliklinik Glarus hat mich von diesem hartnäckigen Leiden durch briefl. Behandlung vollkommen befreit. Die Wunden sind alle geheilt. Ich fühle mich jetzt ganz gesund u. wohl und empfinde keinerlei Schmerzen u. Beschwerden mehr. Ich bin sehr zufrieden u. unterlasse es nicht, die vorerwähnte Anstalt andern Kranken zu empfehlen. Drachhausen, Kr. Cottbus, 29. Sept. 1903. Fr. Schonop. **Vorst. Unterschrift beglaubigt:** Drachhausen, 29. Sept. 1903. Gemeindevorst.: Thabow. **Adr.:** Privatpoliklinik Glarus, Kirchstr. 405, Glarus.

Töchter-Pension.

Guter französ. Unterricht. Musik. Malereiarbeiten. Familienleben. Vorzügl. Referenzen. Prospekt auf Verlangen. Preis 80 Fr. per Monat. [3084

Me. Jaquemet, Boudry, Neuchâtel.

Dauernd auf Jahre, wahrt nur
Parketol (gesetzlich geschützt)

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

Kein Blochen.

Gelblich Fr. 4.—, farblos Fr. 4.50.

Verkaufsstellen:

St. Gallen: Schlaten & Co. d

Winterthur: Gebr. Quidort.

Zürich: H. Volkart & Co., Marktg. A. von Büren, Linthescherpl. (Weitere folgen.)

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

Das Buch: [3209
Magen- und Darmkatarrh

Verschleimung der Verdauungsorgane, Unterleibsbeschwerden und deren Folgen wird auf Wunsch kostenlos überwandt von J. J. F. Popp in Heide (Holstein).

Das Buch: [3209
„RELIABLE“



Prospekte mit Preisangabe versendet [3023] J. G. Meister
Zürich, 35 Merkurstrasse 35.

Der Krankheitsbefund [2536]

(Diagnose) aus den Augen.

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

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, Wöchnerinnen, Magenleidende. Beste Zugabe zum Thee, Café usw.

Kleine Salzbretzeli

das feinste zum Bier.

Echte Basler Leckerli.

Sämtliche Produkte sind lange haltbar!

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

Kuranstalten Affoltern am Albis.

Die seit 1890 bestehenden und von den Aerzten 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, Lufthütten. Anerkannt bescheidene Preise: in der Anstalt Arche von Fr. 4.—, im Kurhaus Lilienberg von Fr. 7.50 an. Letzteres voralpine Höhelage, 600 m ü. M., grosse Luftbäder mit Spielplätzen. Prospekte gratis.

Die Verwaltung.

Der Betrieb des Sanatoriums Lilienhof ist auch an uns übergegangen.

SOOLBAD RHEINFELDEN

Hôtel Dietschy und Krone am Rhein.

Neu restauriert und bedeutend vergrössert. Personenaufzug. Kohlensaure Soolbäder. — Elektr. Lichtbad. — Prospectus gratis. (H 2880 Q) [3117]

Kurhaus und Wasserheilanstalt Eröffnet Dussnang Anfang April

Station Sirmach, Kanton Thurgau.

Geschützte Lage. Ruhiger Aufenthalt für Erholungsbedürftige. Erfolgreiche Kuren, speziell für Rekonvalescenten und gegen Blutarmut, Nervenschwäche und Rheumatismus. Ganz nahe schöne Waldspaziergänge. Ausflüge und Ge- birstourne. Komfortabel eingerichtete Zimmer. Centralheizung. Gute Küche. Prima Weine. Milchkuren. Wasserheilverfahren durch warme und kalte Bäder. Douchen. Sool-, Fichtennadel- und aromatische Bäder. Anstalsarzt. [3180]

Pensionspreis incl. Zimmer Fr. 3.— bis Fr. 5.— (4 Mahlzeiten). Telefon.

Die Direktion.

Bad Fideris.

Kt. Graubünden. Berühmte eisenh. Natronquelle. 1050 M. ü. M.

Eröffnung den 1. Juni. (Za 1621 g)

Mineralbäder & Moorbäder & Kohlensäurebäder.

Douche und Inhalationskabinett. — Mitten im Walde gelegen, staubfreie Alpenluft. Indikationen: Blutarmut, Nervosität, Verdauungsstörungen, Frauenkrankheiten, Nasen-, Kehlkopf- und Lungenkatarrh, Nieren- und Blasenaffektionen. Das Etablissement ist modern eingerichtet, mit grossen Gesellschaftsräumen, Vestibule, Liegehalle, gedeckten Balkons. Elektr. Licht, vorzügliche kurgemässige Küche. Im Juni u. Sept. ermässigte Preise. Prospekt und Erledigung von Anfragen durch

[3114]

Kurarzt Dr. med. O. Schmid.

Die Badedirektion.



2890

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 1. Stock. Hoch- und Sitzdouchen, Massage u. s. w. Prospekte gratis.

[3075]

Der Kurarzt: Dr. med. Beck-Borsinger.

Der Besitzer: Xav. Suter, Sohn.

Die seit 1890 bestehenden und von den Aerzten 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, Lufthütten. Anerkannt bescheidene Preise: in der Anstalt Arche von Fr. 4.—, im Kurhaus Lilienberg von Fr. 7.50 an. Letzteres voralpine Höhelage, 600 m ü. M., grosse Luftbäder mit Spielplätzen. Prospekte gratis.

Die Verwaltung.

Der Betrieb des Sanatoriums Lilienhof ist auch an uns übergegangen.

Leibbinden

der bewährtesten Systeme

Glénard-Binden
Monopol-Binden
und viele andere mehr
Alle Damen-Artikel
sowie Artikel zur
Kinderpflege.

Sanitätsgeschäft [3182]

M. Schaefer A.-G., Bern.

Damen-Bedienung.

Wichtig für Frauen!

Verlangen Sie gratis Prospekt über

Hygien. Frauenschutz (leichtl. Pessarien) von

„Sécurité“, La Chaux-de-fonds.

Strenge Discretion!

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]

Für 6 Franken

versenden franko gegen Nachnahme
bitto. 5 Ko. ff. Toilette-Abfall-Seifen

(ca. 60—70 leichtbeschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen). [2861]

Bergmann & Co., Wiedikon-Zürich.

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 Patentverschluss 1 Ko. Fr. 1. 80, oder 5 Ko. Fr. 6.—

Kleine Probedosen à 80 Cts. bei Drogisten, Handels-Gärtnern, Samenhandlungen u. s. w.

Wo nicht erhältlich, wende man sich direkt an:

General-Agentur für die Westschweiz, einschliesslich die Kantone: Aargau, Basel, Bern und Solothurn:

Müller & Cie. in Zofingen. General-Agentur für die Ostschweiz, einschliesslich die Kantone: Zug, Luzern, Uri, Schwyz, Unterwalden und Tessin:

A. Rebmann in Winterthur. Wiederverkäufer gesucht. (Entsprechender Rabatt.)

3 Vorteile

sind's, die ich infolge Grossenkaufs 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. Arbeitserschuh, stark beschlagen, 40/48 6.50 Herrenbinderschuh, sol. beschl. laken 40/48 8.— Herrenbinderschuh, für Sonntag mit Spitzkappe, schön und solid . . . 40/48 8.50 Frauenbinderschuh, stark beschlagen . . . 36/43 5.50 Frauenbinderschuh für Sonntag, mit Spitzkappe, schön und solid . . . 36/42 6.50

Frauenbottinen, Elastique f. Sonntag, schön und solid gearbeitet . . . 36/42 6.80 Knaben- und Mädchenbeschuh, solid 26/29 2.50 Knaben- und Mädchenbeschuh, solid 30/35 4.50

Alle vorkommenden Schuhwaren in grösster Auswahl. Ungezählte Dankesreiben aus allen Gegen- den der Schweiz und des Auslandes, die jedermann hier zur Verfügung stehen, sprechen sich anerkennend über meine Bedienung aus.

Unreelle Waren, wie solche so viel unter hohstenden Namen ausgetragen werden, führe ich grundsätzl. nicht. Garantie für jedes einzelne Paar. Austausch sofort fraco. Preisverzeichnis mit über 300 Abbild. gratis u. franco.

Rud. Hirt, Lenzburg. Arbeitestes und grösstes Schuhwaren-Versandhaus der Schweiz,

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 liefern gratis „Die schmerz- und gefahrlose Entbindung der Frauen“ (preisgekröntes Werk). [3081]

Wer's noch nicht weiß,

was die „neue“ elektrische Heiltee ist und leistet, ohne Diagnose, ohne Arznei, ohne Wasserkur leistet, immer absolut schmerzlos, nur reinigend und stärkend, die 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 I.

Trunksucht.

Teile Ihnen ergeb. mit, dass ich von der Neigung zum Trinken vollständig befreit bin. Seitdem ich die mir von Ihnen verordnete Kur durchgemacht, habe ich kein Verlangen mehr nach geistigen Getränken und kommt es mir nicht mehr in den Sinn, in ein Wirtshaus zu gehen. Der Gesellschaft halber muss ich zur Seltenheit ein Glas Bier trinken, doch finde ich keinen Geschmack mehr daran. Die frühere Leidenschaft zum Trinken ist ganz verschwunden, worüber ich sehr glücklich bin. Ich kann Ihr briefl. Trunksucht-Heilverfahren, das leicht mit und ohne Wissen angewandt werden kann, allen Trinkern und deren Familien als probat und unschädlich empfehlen. Gimmel, Kr. Oels i. Schlesien, 4. Okt. 1903. Herm. Schönfeld. Stellenbes. Vorsteh. eigenh. Namensunterschrift d. Herm. Schönfeld in Gimmel beglaubigt: Gimmel, 4. Okt. 1903, der Gemeindevorstand: Menzel. Adr.: Privatpoliklinik Glarus, Kirchstr. 405, Glarus. [2860]

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

Bad Fideris. Der eisenhaltige Natronäuerling, der von jeher hochgeschätzten
Heilquelle von Fideris
 wird wegen seiner angenehm schmeckenden, erfrischenden und Appetit anregenden Eigenschaft als empfohlen: Blutarmen, Magen-, Hals- u. Nierenkranken, sowie Reconvalescenten.
Tafelwasser 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.

Echt engl. Wunderbalsam Marke St. Fridolin, empfiehlt billigst
Reischmann, Apotheker, Nafels-Glarus. [2112]

D. Wandler's Malzextrakte

In allen Apotheken. 39jähriger Erfolg.
 Kalk-Malzextrakt, ausgezeichnetes Nährmittel für knochenschwache Kinder, vorzüglich bewährt bei Knochenleiden und langdauernden Eiterungen. kl. Originalflasche Fr. 1.40. gr. Originalflasche Fr. 4.—.
 Eisen-Malzextrakt, glänzend bewährt bei Blutarmut, allgemeinen Schwächezuständen, nach erschöpfenden Wochenbetten etc. kl. Originalflasche Fr. 1.40. gr. Originalflasche Fr. 4.—.
 Malzextrakt mit Bromammonium, gegen Keuchhusten, ein seit Jahren erprobtes Linderungsmittel. kl. Originalfl. Fr. 1.40 gr. Originalfl. Fr. 4.—.
D. Wandler's Matzucker und Malzbonbons, 2732 rühmlichst bekannte Hustenmittel, noch von keiner Imitation erreicht. Ueberall käuflich.

Mit „Enterorose“ heilt man rasch und sicher
Magen- und Darmkrankheiten Brechdurchfall der Kinder,
 Ernährungsstörungen im Säuglingsalter, akute und chronische Diarröen der Erwachsenen, Darmtuberkulose etc. [2990]
 Im Gebrauch in staatlichen Krankenhäusern, Kinderspitalern, Sanatorien etc.
 Büchsen à Fr. 1.25 und 2.50. In allen Apotheken erhältlich.
 Gesellschaft für diätetische Produkte A.-G., Zürich.

Beck's Wollseife

Beste Seife zum Waschen von **wollenen Unterkleidern, Kinderwäsche, Strümpfen, Decken etc.** Die Wolle bleibt **weich** und **geschmeidig** und geht nicht ein. Gebrauchsanweisung bei jedem Stück. Ueberall zu haben.

Sirolin

Wird von den hervorragendsten Professoren und Aerzten als bewährtes Mittel bei
Lungenkrankheiten, Katarrhen der Atmungsorgane,
 wie **Chronische Bronchitis, Keuchhusten,** und namentlich
 auch in der **Reconvalescenz nach Influenza** empfohlen.
 Hebt den **Appetit** und das **Körpergewicht**, besiegt **Husten** und **Auswurf**, bringt den **Nachtsschweiss 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.

Dr. Bircher-Benners Sanatorium „Lebendige Kraft“ ZÜRICH.

Diätetisch-physikalische Heilanstalt, neu erbaut und vorzüglich eingerichtet, in wundervoller Lage.

Für Zustände verminderter Gesundheit: Erschöpfung, Neurasthenie, Migräne, Verdauungs- und Stoffwechselstörungen, Rheumatismus, Gicht, Entwicklungsstadien der Arterienkrankheit.

Energetisches Heilprinzip: Erhöhung der lebendigen Kraft des Lebensprozesses.

Zur Orientierung: „Grundzüge der Ernährungstherapie auf Grund der Energiespannung der Nahrung“ (Berlin 1903, Verlag Otto Salle). — Sprechstunden im Sanatorium für Auswärtige vormittags von 11 bis 12 Uhr. — Prospekt zu Diensten. [3112]

Wizemann's feinste

Palmbutter ist die Beste zum Kochen, Braten, Backen.
 Garantiert reines Pflanzenfett
 auch für schwache Magen leicht verdaulich!

Wo nicht am Platze erhältlich, liefert Büchsen zu brutto ca. 2½ Kg. zu Fr. 4.40, ca. 5 Kg. zu 8 Fr., frei gegen Nachnahme, grössere Mengen billiger. [2837]
R. Müllisch, Florastrasse 14, St. Gallen, Hauptniederlage f. d. Schweiz.

Kaufet **KNORR'S** Suppen & Hafermehl

[2777]

Massage und schwed. Heilgymnastik.

Der Unterzeichnete beeindruckt sich hiermit, ergebenst anzuseigen, dass er **gründlichen** Unterricht in der Technik der man. **Massage** (System Dr. Metzger), sowie in schwed. **Heilgymnastik** erteilt. Mässige Bedingungen; doch werden nur wirklich fähige Schüler und Schülerinnen angenommen. Gef. Anmeldungen gerne gewärtigend, [1901] Hochachtungsvoll

Wolfhalden (Bodanía) **L-Arzt F. Spengler**
 Ct. Appenzell A-Rh. pract. Specialist für *Massage u. schwed. Heilgymnastik.*

Magenleiden

Verdauungsstörung, Verstopfung, Hämorrhoiden, Mastdarm-Vorfall, Magensäure, Appetitlosigkeit, Magendrücke, Magenkrämpfe, Durchfall, Blähungen etc. etc. heile ich ganz sicher mit wunderbar wirkenden unschädlichen Heilmitteln, auch in veralteten Fällen, wo jede andere Hilfe nutzlos war.

R. Rotach, Specialarzt z. Freihof, Herisau. [3143]



Jede Meterzahl direkt ab unseren mechan. und Handwebstühlen.
 Leinenweberei, Langenthal, Bern.

Das beste Gebäck
 für Kranke und Magenleidende, sowie für kleine Kinder ist [2813]

Bieri's Zwieback

(II 1375 1) vorzügliches Theegebäck.
 Originalverpackung. Depots gesucht.
 Alleiniger Fabrikant: H. Bieri, Huttwil.

Wird von den hervorragendsten Professoren und Aerzten als bewährtes Mittel bei
Lungenkrankheiten, Katarrhen der Atmungsorgane,
 wie **Chronische Bronchitis, Keuchhusten,** und namentlich
 auch in der **Reconvalescenz nach Influenza** empfohlen.
 Hebt den **Appetit** und das **Körpergewicht**, besiegt **Husten** und **Auswurf**, bringt den **Nachtsschweiss 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

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 6.

Juni 1904

Vom Rhabarber.

Das etwas barbarisch klingende Wort erinnert an die ursprüngliche Heimat dieses Krautes, an die Gebirgsgegenden von China und Tibet, woher es auch zu den Griechen und Römern eingeführt wurde. In seiner Wurzel haben wir ein uraltes Arzneimittel und auch heute noch eine Droge, welche von China alljährlich in Tausenden von Kilogrammen in alle Länder der Welt ausgeschifft wird. Die Wurzel ist ungemein reich an wirksamen Bestandtheilen, und so findet sie in den Apotheken noch manigfach Verwendung bei Magen- und Verdauungsstörungen, in Form von Tinkturen, Syrupen &c. In stärkeren Quantitäten wirkt sie als gelindes Abführmittel. Aber auch bei uns im Haugarten ist der Rhabarber kein Fremdling mehr, wenn er auch lange noch nicht die Bedeutung gefunden hat, die ihm infolge seiner Eigenschaften zustehen würde. Wie bald bringt er uns den Gruß des Lenzes, wenn er seine ersten fleischigroten Triebe aus dem schwarzen Erdreich des kahlen Gärtners sprossen lässt! Es ist erstaunlich, in welch kurzer Zeit schon die mächtigen, starkgerippten Blätter auf ihren fäntigen, rothen Stielen sich ausspannen! Und wenn dann später mitten heraus die fein weiße oder gelbliche Rispe zur Entfaltung kommt, so kann man nicht umhin, den eingewanderten Fremdling als einen schmucken Repräsentanten für unser Rasen- und Gartenland zu betrachten. Einen ungleich höheren Wert aber hat der Rhabarber bei uns in der letzten Zeit durch seine Verwendbarkeit in der Küche gewonnen. Und rasch hat er sich bei mancher Hausfrau Eingang zu verschaffen gewusst, als angenehme, magenstärkende Zuspeise im Frühjahr. In England ist er schon viel früher, auch unter den breiteren Volkschichten, in Aufnahme gekommen; die Märkte von London und New-York sehen ihn waggonweise abgesetzt, auch in Norddeutschland ist die Nachfrage nach ihm eine bedeutend regere geworden, als zur Zeit noch bei uns.

Und doch, welch ein gesundes, köstliches Kompott läßt sich aus seinen saftigen Stengeln fertigen, dessen Zubereitung wenig mehr Mühe verursacht, als jenes von Apfeln. Mit Beigabe von Zucker, Zimmt und Citronenschale läßt sich der Wohlgeschmack noch erhöhen. Nicht minder gute Dienste leistet er beim Füllen von Kuchen &c., oder wenn man ihn einfacht, so hat man jederzeit eine angenehme, haltbare Beigabe für den Familienschiff zur Hand. Namentlich ist es sein pikanter, säuerlicher Geschmack, der ihm vor allen ähnlichen Gerichten den Vorzug geben muß. Wer die Rhabarberkultur in ausgedehnterer Weise betreibt und die erwachsende kleine Mühe nicht scheut, wird sich aus den Stengeln einen brillanten Wein, das erquickendste Getränk zur heißen Zeit, bereiten können. Einfach ist die Kultur des Rhabarbers, das Blühen soll aber dabei hintangehalten werden, und so eignet sich namentlich die Art Queen Victoria oder Rheum Paragon infolge ihres reichen Ertrages vorzüglich zum Anbau, der hiemit nur allgemeiner, in viel häufigerer Weise, empfohlen werden möchte. Möge aus dem unanfänglichen Barbaren ein treuer Verbündeter unserm Hause werden!

Unsere Gartenerdbeere.

Die Erdbeerbeete werden jetzt in allen Gärten wieder in Stand gesetzt. Man muß die alten, abgestorbenen Blätter und überflüssigen Ranken schleunigst entfernen, denn schon kommen die neuen Blätter und bald der Blütenstengel. Was geschieht mit dem Erdboden, in dem die Pflanzen stehen? Man hat meist die Gepflogenheit, die Erdbeerbeete im Frühjahr flach umzugraben. Da ist es nun sehr wichtig und interessant zu hören, daß der Besitzer einer großen Erdbeerplantage die Erfahrung gemacht hat, daß man bessere Ernten erzielt, wenn man nicht umgräbt. Er veröffentlicht in der Nummer vom 17. April des praktischen Ratgebers im Obst- und Gartenbau — die vom Geschäftsamt des Blattes in Frankfurt a. d. O. unseren Lesern kostenfrei zur Verfügung gestellt wird — einen Artikel, in dem er beschreibt, wie er erfolgreich seine Erdbeerbeete behandelt. Er meint, durch das Graben werden viele der feinen Erdbeerwurzeln verlegt und die Pflanze erleide eine große Störung. Man müsse also mit der bisherigen Art, die Erdbeerbeete im Spätherbst oder Frühjahr zu graben, vollständig brechen.

Wert der Nahrungs- und Genussmittel. (Schluß.)

Der ganze menschliche Organismus ist für die gemischte Kost, also Fleisch und Pflanzen, eingerichtet und auch die Geschichte lehrt,

daß die Völker, welchen die höchsten Leistungen des Menschengeschlechtes zukamen und zukommen, von gemischter Kost lebten und leben.

Nebermäßige Fleischnahrung macht das Blut zu reich an Eiweißstoffen und dadurch geneigt zur Vollblütigkeit, zu Kongestionen, zu Entzündungen und zur Gicht. Nur bei Blutarmen, Bleichsüchtigen, Rekonvaleszenten und bei schnellem Wachstum ist vorzugsweise Fleischkost anzuwenden.

Zum übrigen hat die Erfahrung gelehrt, daß eine gewisse Mannigfaltigkeit und Abwechslung in den Nahrungsmitteln nicht nur für den Gaumen, sondern auch für unsern Organismus Bedürfnis ist, was noch dadurch bestätigt wird, daß die Centralorgane der Geschmacksempfindung im funktionellen Zusammenhange mit den Verdauungsorganen stehen und sich gegenseitig ergänzen. Wohlgeschmeckende Speisen regen die Tätigkeit des Verdauungssapparates an, reizen seine Muskelthätigkeit zu lebhafter Bewegung und steigern die Absonderungsfähigkeit seiner Drüsen. Hier beginnt die Wirkung der Genüßmittel, die einen so großen Einfluß auf die Nerventhätigkeit des Menschen ausüben. Die Genüßmittel tragen zum Wiederersatz verlorener Körperstoffe direkt nichts bei, weil sie weder Albuminate noch Kohlenhydrate, wie Fett, Stärke oder Nährsalze enthalten und demnach den Verlust von Körpersubstanz nicht ersetzen können, dennoch aber sind sie wichtige Bestandteile unserer Kost, denn nur ihr Vorhandensein in den Speisen macht uns Lust zum Essen. Keines Eiweiß, Fett oder Stärkemehl verschmähen wir, denn diese Stoffe schmecken schlecht und können, wenn sie doch hinuntergeschluckt werden, Ekel und Brechreiz erzeugen. So gut wohlgeschmeckende Speisen die Thätigkeit des Verdauungssapparates anregen, ebenso sehr beeinflußt der Verdauungssapparat auch das Geschmacksorgan. Sind wir gesättigt, so schmecken uns auch solche Speisen nicht mehr, die wir hungrig wohlgeschmeckend finden.

Die Wirkung der Genüßmittel ist also nicht bloß auf den Geschmacksapparat beschränkt, sondern beeinflußt auch die Nerventhätigkeit in ganz besonderer Richtung. Die Genüßmittel sind dem Menschen unentbehrlich geworden, deshalb erheischen sie die gleiche hygienische Obsorge wie die Nahrungsmittel.

Ganz besonders aber muß hervorgehoben werden, daß nur der vorsichtige Gebrauch der Genüßmittel von Nutzen ist, jedes Nebermaß aber Schaden nach sich zieht.

Wir unterscheiden drei Arten von Genüßmitteln, erstens die alkaloidhaltigen, wie Kaffee, Thee, Cacao, Tabak; zweitens die aromatischen, wie die starken und schwachen Gewürze, drittens die alkoholischen, wie Wein, Bier und Branntwein.

Nach der neuesten Statistik trinken mehr als 500 Millionen Menschen Thee, 200 Millionen Kaffee und etwa 50 Millionen Cacao oder Chokolade.

Ebenso wie der Tabak kann auch das Opium zu den sehr gebräuchlichen alkaloidhaltigen Genussmitteln gerechnet werden, denn nicht weniger als 400 Millionen Menschen sollen dem Laster des Opiumrauchens und des Opiumessens ergeben sein.

Leider beschränkt sich das Laster des Opiumgenusses nicht mehr allein auf den Osten, sondern es beginnt auch in höchst bedenklicher Weise in Amerika, England und Frankreich sich einzubürgern.

Das Opium wird in dreierlei Gestalt genommen; erstens wird es gebraucht wie in China und Indien, dann ist man es in Form von Pillen oder Pastillen; drittens trinkt man es in Form einer Tinktur wie in England und Amerika.

Am gefährlichsten ist das Opiumessen; das Rauchen kann den Betreffenden in einer Anstalt dauernd abgewöhnt werden, während die Opiumesser immer wieder Rückfälle haben. Die Gesundheitsstörungen beim Opiumgenuss zeigen sich schließlich in allgemeiner Muskel- und Nervenabspannung und einer rasch zunehmenden Schwächung der Verdauungstätigkeit. Die Menschen werden zuletzt stumpfsinnig, frieren immer und gleichen wandelnden Leichnamen. Das Opium hat wie der Branntwein schon zahllose Menschen vergiftet und getötet. Seinem Vordringen nach Europa sollte daher bei Seiten gewehrt werden.

Rezepte. Erprobt und gut befunden.

Suppe von frischen Erbsen. Zwiebeln, gelbe Rüben, Sellerie und Lauch, alles in Scheiben geschnitten, ebenso etwas roher Schinken werden mit Butter angeröstet und mit 3 Liter guter Fleischbrühe aufgefüllt, mit 1 Teller voll frischen Erbsen weich gekocht und alles durch ein feines Sieb passiert. Vor dem Anrichten werden fein geschnittene Brotcroutons und eine Handvoll weichgekochte, frische Erbsen in die Suppe gethan, die vorher mit Eier und Rahm legiert worden ist.

*

Suppe mit Eierbrot. Kleine Semmel werden in dünne Scheiben geschnitten und in zerschlagenen, gequirten Eiern eingeweicht, in heißer Butter auf beiden Seiten schön gelb gebacken, lässt sie sauber abtropfen und serviert dieselben in recht guter Kraftbrühe, mit Schnittlauch bestreut.

*

Kerbelsuppe mit verlorenen Eiern. 500 Gramm Mehl werden mit ebensoviel Butter in einer Kasserole schön hellgelb geröstet, dieselbe mit

guter, weißer Fleischbrühe aufgefüllt und die Masse langsam gekocht; dann wascht man einige Hände voll Kerbel, gibt sie fein verwiegt der Suppe bei, läßt dieselbe eine Viertelstunde durchkochen und thut verlorene Eier in die Suppe.

*

Gedünsteter Kalbschlegel. Den untern Teil eines Kalbschlegels läßt man vom Meßger entbeinen und recht tüchtig klopfen. Zu Hause wird alles Häutige und Sehnige entfernt und dann wird er so fest als möglich in eine Serviette eingebunden, mit Wasser, ziemlich weißem Wein und allerlei Suppenkräutern, als da sind: Lauch, Lorbeerblätter, Zwiebeln mit Nelken bestreut, Thymian, Sellerie, Petersilie &c. in einem Suppenhafen zugesetzt nebst etwas Salz. Man läßt ihn mindestens zwei Stunden sieden, indem man immer von Zeit zu Zeit heißes Wasser nachgießt. Nachher, wenn das Fleisch gar ist, wird es herausgenommen, aber in der Serviette belassen, damit es warm bleibt. Von der Bouillon wird mittels süßer Butter eine weiße Sauce bereitet, dann nimmt man das Fleisch aus der Serviette, gibt es in eine etwas tiefe Platte und gießt die Sauce darüber.

*

Hummer in Gelée (Fleischsülz). Zutaten: 2—3 frische Hummer, je nach der Größe, oder 1 Büchse konservierte Hummer, 2 Kalbsfüße, $\frac{1}{2}$ Kilo Kalbslungen, 100 Gramm Butter, 10 Blatt feine weiße Gelatine, 1 Glas Madeira, $\frac{1}{4}$ Liter Weißwein, 1 Glas Essig, 1 Citrone, 6 Eiweiß, Zwiebeln, gelbe Rüben, Sellerie, Lauch, 12 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt, Thymian, $\frac{1}{8}$ Liter Wein-essig, Pfefferkörner. — Es ist vielleicht noch nicht allgemein bekannt, daß man mit Hilfe von Liebigs Fleisch-Extrakt eine sehr gute Fleischsülz herstellen kann. Zu diesem Zweck werden obige Kalbsfüße und -Lungen in kleine Stücke gehackt, in einer Kasserole mit einem großen Stück Butter, Zwiebel, gelben Rüben, Lauch, Sellerie, Pfeffer, Salz Lorbeerblatt und Thymian schön gelb angebraten, mit $\frac{1}{8}$ Liter Wein-essig abgelöscht und mit 2—3 Liter hinzugegossenem Wasser etwa zwei Stunden gekocht. Sorgfältig entfettet, wird die Brühe durch ein Tuch in eine Schüssel passiert und das etwa schwimmende Fett mit aufgelegtem, gleich wieder abgenommenem Filterpapier entfernt, denn nur eine ganz von Fett befreite Brühe ergibt ein kristallhelles Aspic. Nun werden die Eiweiße mit $\frac{1}{4}$ Liter gutem Weißwein in eine andere Kasserole geschlagen. 1 Glas Madeira und auf je ein Liter Flüssigkeit 8 Blatt in kaltem Wasser eingeweichte, gut ausgedrückte Gelatine nebst dem Saft einer Citrone und 12 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt aufgelöst zugesetzt und das Ganze langsam unter öfterem Rühren ins Kochen gebracht. Sobald dies anfängt, zieht man die Masse zurück

und lässt sie noch etwa $\frac{1}{4}$ Stunde stehen. Nun spannt man eine Serviette über einen umgestürzten Stuhl, lässt das Aspic langsam durchlaufen, gießt die zuerst trübe Flüssigkeit nochmals ab und lässt sie, vollständig filtriert, auf Eis erkalten. — Die Hummer hat man inzwischen in Salzwasser, welches mit Zwiebel, gelben Rüben, Lorbeerblatt, Thymian und Pfefferkörnern garniert ist, 10 Minuten gekocht und dann abgekühlt. Büchsenhummer werden zum Abtropfen auf eine Serviette gelegt, dann wird etwas von der Sulze in eine Form gefüllt (am besten ist eine kupferne Hummerform, ein Timbale oder Ringform), welche in gestoßenes Eis gesetzt ist. Ist das Aspic vollständig erstarrt, so werden die ausgebrochenen Hummer, in schöne Stückchen geschnitten, schichtweise aufgelegt. Kurz vor dem Servieren taucht man die Form in warmes Wasser und stürzt sie auf eine hübsch gefaltete Serviette, garniert die Schüssel außen herum noch mit gehackter Sulze, gekochten Eiern, Krebsen, Petersilie *rc.* — Es empfiehlt sich, womöglich die Sulze Tags zuvor zu machen.

*

Brechspargel mit Sauce. Zeit der Bereitung knapp eine Stunde. Man schält ein Kilogramm mittelstarke Spargel, bricht sie in etwa drei Centimeter lange Stückchen und kocht sie im Salzwasser mit einem Stückchen Butter und einer Prise Zucker weich. Zur Sauce röhrt man 30 Gramm Mehl in ebenso viel Butter gar, gibt ein Drittelliter Spargelwasser daran, fügt 5 Gramm Liebigs Fleischextrakt, etwas Muskatblüte, 1 Löffel gehackte Petersilie und zwei Löffel dicken süßen Rahm dazu und lässt hierin den weichgekochten, abgetropften Spargel heiß werden.

*

Feiner, warmer Krautsalat. Ein fester Krautkopf wird gewaschen, halbiert und, nachdem der Strunk entfernt ist, gehobelt oder fein geschnitten. Kleine Speckwürfelchen werden heiß gemacht, eine fein geschnittene Zwiebel darin gedünstet, das Kraut zugefügt und kurz mitgedünstet, alsdann Salz, Pfeffer und die nötige Fleischbrühe zugegeben, die Pfanne zugedeckt und der Inhalt langsam in 10 Minuten weichgedämpft; nun werden einige Löffel guter Estragonesig darüber geträufelt, das Kraut noch 7—10 Minuten auf gelindem Feuer gewannt und beim Anrichten mit einem Güschen aufgelöster „Maggi's Würze“ recht kräftig gemacht.

*

Muschel-Ragout. Die Muscheln werden mit kaltem Wasser und einer harten Bürste sauber gewaschen und so oft frisches Wasser genommen, bis dasselbe klar bleibt, alsdann wird ganz wenig Salzwasser mit einer Zwiebel siedend gemacht, die Muscheln hineingegeben, gekocht,

bis sie anfangen sich zu öffnen, dann auf ein Sieb angerichtet, wobei das abtropfende Wasser zurück behalten wird. In wenig Butter wird 1 feingeschnittene Zwiebel mit 1—2 Kochlöffelchen Mehl gedünstet, mit Muschelwasser und etwas Wein zu einer glatten Sauce aufgekocht, diese mit Salz, Pfeffer und Citronensaft gewürzt, passiert und mit den von den Schalen befreiten Muscheln auf hellem Feuer gargekocht. Beim Anrichten wird das Ragout mit gehackter Petersilie und etwas „Maggis Würze“ abgeschmeckt, dann sofort serviert.

*

Gelbe Rüben. Dieselben werden geschabt, fein länglich geschnitten, gewaschen, in einem Stück Butter oder guten Abschöpfett, mit einigen Löffeln Fleischbrühe weich gedünstet. Sodann mit Mehl angestaubt, etwas gewiegte Petersilie, Salz, eine Messerspitze weißen Pfeffer, einige Stückchen Zucker und etwas Fleischbrühe, noch eine Viertelstunde gedünstet und erhaben auf eine runde Schüssel angerichtet.

*

Weiße dürre Bohnen. Man wählt hiezu die kleinste Gattung weißer Bohnen. Dieselben werden, nachdem sie rein ausgesucht sind, über Nacht in frisches Wasser gelegt. Beim Zusehen wird das Wasser abgegossen und mit frischem Wasser weich gekocht und dann in einem Durchschlag abgeschüttet. Unterdessen lässt man ein Stück Butter gelb werden, röstet darin einen Eßlöffel voll fein geschnittene Zwiebel mit einem Kochlöffel voll Mehl gelb, röhrt dasselbe mit Fleischbrühe zu einer Sauce an, salzt sie, würzt sie mit etwas weißem Pfeffer und Muskatnuß, gibt dann die Bohnen dazu und lässt sie noch eine Viertelstunde langsam kochen. Wer die Speise säuerlich liebt, kann vor dem Anrichten etwas Essig zugeben.

*

Gedämpfte Bohnen. Dieselben werden nach dem Zureichen wie alle grünen Gemüse sauber gewaschen und gut vertropft. Dann werden die Bohnen mit Zwiebeln und Salz in Butter oder gutem Fett durchgedämpft, bis die grüne Farbe ganz glänzend geworden. Dann streut man einen Löffel voll Mehl darüber, gießt heißes Wasser oder Fleischbrühe zu und lässt das Gemüse weich dämpfen.

*

Chokoladepudding. 2 Liter Milch werden mit $\frac{3}{4}$ Pfund Chokolade aufgekocht, dann werden $2\frac{1}{2}$ Lot weiße Gelatine in Wasser aufgelöst dazu gethan, nun röhrt man in einer Schüssel 8 Eidotter mit $\frac{3}{4}$ Pfund Zucker recht feinig und lange, thut es dann zur Masse, zuletzt den Schnee der Eier. Hierzu Schlagrahm oder Vanillensauce.

Wie reinigt man Rosshaar? Das Reinigen der Rosshaare geschieht ohne große Mühe, wenn man sie in ein Waschfaß legt, mehrere Male kochendes Wasser darüber gießt, das Faß mit einem recht dichten Tuch oder passenden Deckel bedeckt und sie eine Stunde in dem Dampf stehen lässt; dann lässt man das Wasser ablaufen, übergießt die Rosshaare recht reichlich mit kochendem Seifenwasser und deckt sie wieder recht sorgfältig zu. Ist das Wasser etwas abgekühlt, so drückt und reibt man die Rosshaare gut aus, gießt das Seifenwasser ab, legt die Rosshaare wieder in das Faß, übergießt sie wieder mit kochendem Wasser, röhrt sie mit einem Stock tüchtig um, lässt sie abermals eine Stunde stehen und spült sie nochmals mit kochendem Wasser ab. Dann legt man sie zum Trocknen auf große Tücher in die Sonne oder in die Nähe eines warmen Ofens. Nach dem Trocknen werden sie aufgezupft. Man wende nie kaltes Wasser an, das Roshaar verliert dadurch seine krause Beschaffenheit.

*

Pelzwerk vor Motte zu bewahren. Bevor man im Frühjahr die Pelzsachen aufbewahrt, ist es gut, jedes Stück mit einem weiten Kamm sorgfältig durchzukämmen und zu beachten, ob nicht viele Haare ausgehen, da in diesem Fall der Pelz bereits mottig wäre. Ein solches Stück muß geklopft, dann über heiße Dämpfe gehalten und gelüftet werden. Man bewahrt es am sichersten auf, wenn man es in reine Leinwand einpact und mit Terpentinei spritzt.

*

Blechgeschirre recht blank zu puken. Man kocht Holzasche mit einer oder mehreren Zwiebeln zu einer starken Lauge, puzt die betreffenden Geräte mit Sand, Schmierseife und obiger Lauge und wäscht sie dann mit klarem Wasser ab.

*

Aufbewahren der Zwiebeln. Speisezwiebeln, welche sich bis zum nächsten Sommer gut erhalten sollen, müssen zunächst nach dem Herausnehmen auf dem Felde recht gut abtrocknen. Danach werden sie von den anhaftenden Blättern und Erde befreit, in einer luftigen Kammer auf einem Trocken- oder Hausboden möglichst dünn ausgebreitet und erst bei Eintritt starker Kälte auf Haufen zusammengeschauft, welche sofort mit Tüchern, Stroh oder dergleichen zu verdecken sind. In diesem Zustande vertragen die Zwiebeln den Frost ohne Nachteil, wenn sie ganz trocken sind und ruhig liegen bleiben, bis sie bei Eintritt wärmerer Temperatur von selbst wieder aufstauen. Unreife, nicht ganz trockene Zwiebeln, sowie solche, welche plötzlich in Wärme kommen, halten sich nicht, sondern werden weich und faul.