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

**Band:** 27 (1905)

**Heft:** 40

**Anhang:** Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der

Schweizer Frauen-Zeitung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF: 26.10.2025** 

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

# Roch-& Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Beitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Ballen

Mr. 10.

Oftober 1905

## Aleber Bügeln.

Von Dr. R. B.

Cenn wir einmal in unseren heutigen Haushaltungen Umschau halten, so wird es uns auffallen, in welch mannigfachen For= men und Syftemen ein oft gebrauchter Haushaltungsgegenstand, das Bügeleisen, uns entgegentritt. Da finden wir namentlich das alte Bügel= eisen, in das ein glühender Bolzen mit großer Schwierigkeit hineinge= schoben wird und nach kurzer Zeit wieder mit einem andern, inzwischen erhitzten Bolzen ausgewechselt werden muß. Dieses alte, von Urgroß= vaters Zeiten übernommene Verfahren ist nicht nur umständlich, son= dern wegen der notwendigen Voraussetzung eines guten Kohlenfeuers sehr kostspielig; namentlich aber macht es infolge der dem Ofen und dem Eisen entströmenden Site das Bügelzimmer geradezu zu einem Fegfeuer, so daß die Bügeltage in solchen Haushaltungen den Schrecken der Hausfrau und der Dienstboten bilden. Da haben wir ferner die Bügeleisen, die direkt auf eine erhitte Platte gestellt werden, die des= halb leichter zu handhaben sind, aber sonst die sämtlichen unangenehmen Begleiterscheinungen des alten Gisens beibehalten haben. Man hat aus diesem Grunde vielfach versucht, die Bügeleisen von jeder Feuerung unabhängig zu machen, und ist dabei auf jene Gifen gekommen, die mit Holzkohlen, kunftlichen Glühstoffen 2c. direkt geheizt werden. Ganz ab= gesehen davon, daß die Erneuerung der Brennstoffe zeitraubend ift, verursachen die letteren meistens bedeutende Gasausdunftungen und bedecken die ganze Umgebung, darunter natürlich auch die Wäsche, mit einer dicken Ascheichte. Ein besseres Resultat liefert schon das mit Bas ober Spiritus geheizte Bügeleisen, indessen muß man auch hier die üblen und gesundheitsschädlichen Berüche und Gase mit in Rauf nehmen.

Auf jeden Fall weist die Anwendung der verschiedenen Methoden bei diesem Haushaltungsgegenstande darauf hin, daß dieser bisher noch

nicht in einer solchen Vollendung im allgemeinen Gebrauche ist, wie er den billigen Anforderungen an Zweckmäßigkeit und Bequemlichkeit ent= spricht. Die Lösung dieses Problems war allerdings erst der neuern Beit, dem Zeitalter der Elektrizität, vorbehalten geblieben, das uns u. a. auch ein elektrisches Bügeleisen bescheert hat. Dieses beseitigt in der gründlichsten Weise alle mit den oben erwähnten Systemen berbundenen Uebelstände, erfüllt seinen Zweck auf die vollkommenste Art und ist äußerst einfach zu handhaben. Man verbindet nämlich nur das Bügeleisen durch eine leichtbewegliche Schnur mit der elektrischen Leitung, erhält es dadurch in wenigen Minuten gebrauchsfertig und kann dann den ganzen Tag ohne Unterbrechung mit demselben arbeiten. Die üblen Berüche, die gesundheitswidrigen Gase, der Schmut und die Asche fallen naturgemäß hier fort, ebenso wie auch die Hitzeentwickelung im Bügelraume vermieden wird, da der elektrische Strom nur auf das Bügel= eisen selbst einwirkt. Wieviel Zeitersparnis damit verbunden ist, daß das Eisen ununterbrochen benutt werden kann, braucht wohl nicht be= sonders hervorgehoben zu werden.

Manche Hausfrau würde sich nun vielleicht gerne die Vorteile dieser neuen Errungenschaft zu Nutzen machen, wenn sie nicht in dem Vorurteile befangen wäre, daß das elektrische Bügeln ein Luxus und daher viel zu teuer sei. Diese Annahme ist eine vollständig falsche, denn Thatsache ist, daß diese Methode des Bügelns sogar die billigste darsstellt. Eine Stunde elektrischen Bügelns kostet nämlich nur 4 bis 20 Pfennig, je nach der Höhe des Preises für den elektrischen Strom und je nachdem ob das Bügeleisen an eine elektrische Leitung für Kraft oder sücht angeschlossen werden kann. In Berlin z. B. kostet die Kiloswattstunde für Kraft nur 12 Pfg., so daß dort das elektrische Bügeln in einer Stunde einen Kostenauswand von 4 Pfg. verursacht.

Wir wollen hierbei die große Bedeutung nicht unerwähnt lassen, welche die elektrischen Bügeleisen für Schneiderwerkstätten, Konfektions= häuser, Hutmacher, Hutsabriken, Wäschefabriken, Bügelanstalten u. s. w. haben. Für diese Betriebe ist ein zu jeder Zeit gebrauchsfertiges Bügeleisen besonders wertvoll, die Arbeitszeit wird auf das Beste ausgenutzt und die Arbeiter bezw. Arbeiterinnen werden frisch und gesund erhalten.

Was noch die Anschaffung eines elektrischen Bügeleisens angeht, so betragen dieselben nach dem uns vorliegenden Preiskataloge der Fabrik elektrischer Heiz- und Kochapparate "Prometheus" G. m. b. H. in Frankfurt a. M. 10 bis 14 Mark und spielen gewiß keine Rolle, wenn man die direkten Vorteile und großen Annehmlichkeiten in Bestracht zieht, die mit dem elektrischen Bügeln verbunden sind.

## Das Fallobst in der Rüche.

as unreif abgefallene Obst liefert ein nicht zu unterschätzendes Material, besonders für Landbewohner. Meist wird es aus Un= kenntnis oder Bequemlichkeit einfach als Schweinefutter verwendet. So sammle man z. B. abgefallene Aprikosen, Reineclauden und Mirabellen in Körbe, lege sie, falls sie noch hart sind, einige Tage in die Sonne zum Nachreifen und koche sie dann in etwas Waffer zu Brei, füge nach Geschmack Zucker hinzu und lasse alles nochmals gut kochen, fülle die Masse in Steintöpfe und verwerte die Marmelade als Brotaufstrich. Rompott oder Beigabe zu Klößen und dergleichen Gerichten. Fallobst gibt ebenfalls einen guten Effig. Man kann hierzu alles Obst durch= einander nehmen. Man zerstampft es so klein wie möglich, schüttet es in ein gutes, sauberes Faß oder einen großen Steintopf, gießt auf 25 Liter Obst 20 Liter kochendes Waffer und stellt das Gefäß an einen warmen Ort. Nach etwa einer Woche ist das Obst in Gärung geraten, und man gießt das Flüssige nun durch ein reines Tuch in ein anderes Gefäß, fügt etwa 3/4 Liter Bierhefe und ein halbes Schwarzbrot hinzu, das man klein schneidet, deckt einen dicht schließenden Deckel darauf, bindet eine dicke, wollene Decke darüber und läßt es vier Wochen ruhig stehen, ohne daran zu rühren. Danach ist der Essig gut und kann in fauber gespülte, trockene Flaschen abgezogen, verkorkt und verbraucht werden. Falläpfel find vorzüglich zu Gelee, Apfelfaft, zu Suppen und Limonaden und zur Bereitung von Apfelwein zu verwenden. Reiferes Fallobst wird am besten abgebacken. Fallbirnen ergeben ein vorzüglich haltbares Birnenmuß. Reife Fallpflaumen rührt man zu Pflaumen= mus, macht fie, geschält, zu sußen Pflaumen, Marmelade oder Saft ein; auch geben sie einen wohlschmeckenden Liqueur. Alles Fallobst läßt sich auch sogleich frisch zu Kompott, Suppen und Saucen verbrauchen. Fallbirnen kann man auf viele Beise gleich als Birnenklöße, Birnen mit Hirfe, schlefisch Himmelreich, Essigbirnen verwerten. Birnensaft mit Effig vermischt ist ein angenehm kühlendes Getrank für die beiße Jahreszeit.

## Rezepte. Erprobt und gut befunden.

**Goulasch** à la minute. Ochsenfleisch von Lummel, Nierenstück oder Huft wird in 2 Centimeter große Würfelchen geschnitten, in ein Löffel heißem Fett mit einer seingeschnittenen Zwiebel und 1-2 Kochslöffelchen Mehl rasch schön gelb gebraten, Salz, nach Belieben etwas Paprika und die nötige Fleischbrühe hinzugefügt und alles auf mässigem

Feuer in 10 Minuten gar gekocht. Nach Belieben können einige rund ausgestochene gebratene Kartöffelchen mitgekocht werden. Die Sauce wird, nachdem das Fleisch angerichtet, noch mit etwas feinem Sstragonsfenf kurz aufgekocht, mit einem Süßchen "Maggi's Würze" im Geschmack gehoben und dann rasch über das Fleisch gegeben.

Coteletten von Gikifleisch. Die gut vorbereiteten Coteletten taucht man in lauwarme, zerlassene Butter, wendet sie alsdann in Brotbrösel und geriebenem Parmesankäse, dann in verkleppertem Ei und nochmals in Brösel und Käse, worauf man sie in kochendem Fett bäckt. Rosenskohl als Gemüse dazu schmeckt fein.

Gedünstetes Ochsenkeisch. Bereitungszeit 1½ Stunden. — Für 6 Personen. Zutaten: 1½ Kilo Ochsensleisch, 2 Zwiebeln, 50 Gramm Speck, 10 Pfesserkörner, 100 Gramm Butter, ¼ Liter Rotwein, ¾ Liter Wasser, worin 15 Gramm Liebigs Fleisch=Extrakt gelöst, 20 Gr. Wehl. — Ein mürbe geklopstes Stück Ochsensleisch (vom Schweisstück) gibt man in eine Kasserolle, welche mit Zwiebeln, einigen Schnittchen Speck, wenigen Pfesserkörnern belegt ist, begießt es mit zerlassener Butter, salzt es und läßt es zugedeckt schön gelb andraten. Alsdann gießt man ¼ Liter Kotwein, ebensoviel gute Brühe aus Liebigs Fleisch=Extrakt dazu und dünstet es darin recht weich. Vor dem Anrichten wird das Fleisch herausgehoben, der Satz gut abgesettet, mit einem Eß=lössel voll Mehl und ein wenig Fleischbrühe verrührt, aufgekocht, durch=geseiht, über das angerichtete Fleisch gegossen und zu Tische gegeben.

Ganze Leber im Neh gebraten. Ift die frische Kalbsteber entshäutet und stark gespickt, so wird sie in einem gereinigten Kalbsnetz zusgeschlagen und mit etwas Gewürz überstreut. Danach läßt man einige geschnittene Zwiebeln in 125 Gramm Butter gelb braten, legt die Leber hinein, gibt später etwas Salz, zwei Tassen Bouillon und etwas guten Wein dazu und läßt sie langsam weich werden. Beim Anrichten nimmt man das Netz weg, gibt Bouillon, gestoßenen Zwieback, Nelkenpfesser, sauren Rahm zur Sauce und serviert sie mit der Leber.

**Gebratenes Ochsensleisch.** Man schneide vom Zipfel hübsche Pläyli, klopfe, salze und pfeffere sie, und lege auf jedes Stück ein Scheibchen Spickspeck, ein sehr kleines Scheibchen Knoblauch und ein Blättchen Petersilie, rolle sie zusammen, binde sie, wende sie in Mehl um und lasse sie samt einer gewiegten Zwiebel in Fett stark hellgelb braten, lösche alsdann mit einem Glas warmem Wasser und ½ Glas Kotwein

ab, lege ½ Lorbeerblatt dazu und lasse es zugedeckt 2 bis 2½ Stun= den langsam kochen. Vor dem Servieren werden die Fäden entsernt.

**Leberküchlein.** Ein Pfund Kalbsteder wird mit ½ Pfund Mark, etwas Citronenschale und Zwiebel sein gewiegt, 2 eingeweichte und aussgedrückte Semmeln, eine Handvoll Semmelmehl, 2 ganze Eier, Salz und Pfesser gerührt, 2 Kalbsnehe gewaschen, etwas gesalzen, gleichsmäßige Stücken geschnitten und in jedes derselben ein Eßlössel Fülle gebracht. Nun schlägt man den freien Teil des Nehes um die Fülle, formt runde Plähchen daraus, gibt Butter in die Bratpsanne, brät sie rasch schon gelb auf beiden Seiten und würzt sie beim Anrichten mit etwas Zitronensaft.

Gebackene Häringe. Zwei große Salzhäringe werden 12 Stunden unter zweimaligem Wechseln des Wassers gewässert, enthäutet, entgrätet und sein gehackt. 300 Gramm Semmel werden geweicht, gut ausges drückt, mit 200 Gramm Butter, 1 Ei und 1 Messerspiße voll seinges hackten Zwiebeln geröstet, das Häringssleisch darunter gerührt, daraus 4 Knödel geformt, welche in Semmelbrösel gewalzt und in heißer Buteter gebacken werden.

Sardellensance mit Petersilie zu Ochsensleisch. 6 bis 8 entgrätete Sardellen werden mit einem Büschelchen frischer Petersilie oder einigen Wurzeln, einigen Schalottenzwiebelchen, dem Mark und der Schale einer halben Citrone klein gehackt. In einem Stückhen Butter wird ein Rochlöffel Mehl hellgelb geröstet, das Gehackte darin durchdämpft, mit leichter Fleischbrühe oder nur heißem Wasser verdünnt, nach Bedarf noch mit Salz und weißem Pfeffer gewürzt und gut ausgekocht. Nachsem man die Sauce durchpassiert und mit etwas Maggi gekräftigt hat, gibt man sie nebst einer kalten Beilage zu Siedsleisch.

Andeln mit Ziegerkäse. Gute Giernudeln werden in Salzwasser gekocht und in einem Sieb abtropfen gelassen. Indes rührt man einen gehäuften Suppenteller weißen Käse (Duark) klar und fügt 3—4 ganze Gier, Zucker, etwas Citronenschale, Zimmt und kleine Rosinen hinzu. Sine Form wird mit Butter gut ausgestrichen. Nun kommt eine Lage Nudeln, eine Lage Käse (recht dick den Käse) und so fort, bis oben Nudeln zu liegen kommen. Diese werden oben mit Butter bestrichen, mit Zucker bestreut und 3/4 Stunden gebacken. Schmeckt vorzüglich.

Randengemüse. Nachdem die Randen wie zu Salat gekocht und heiß geschält sind, werden sie in zierliche Streischen geschnitten. Dann

dämpft man in 30 Gramm frischer Butter einen Löffel voll Mehl und ein Theelöffelchen voll gestoßenen Zucker mit gehackter Zwiebel oder Petersilie gelb, gibt ein Löffel voll Essig (oder 2—3 Löffel voll sauren Rahm) und Fleischbrühe und Salz bei, daß es eine dickliche Sauce gibt, in welcher man die Randen aufkocht. Nach Belieben kann etwas Rümmel mitgedämpft werden.

Vorzügliche abgebraunte klöße. 1 Tasse Milch,  $1^{1/2}$  Tassen seines Weizenmehl, 34 Gramm Butter und etwas Salz stellt man zusammen auß Feuer und rührt es dort so lange, bis die Masse sich vom Topse ablöst. Wenn es ganz kalt ist, kommen 2-3 ganze Eier hinzu, dies rührt man wieder recht gut durch und kocht sodann die Klöße, die man mit einem Lössel nicht zu groß absticht, in siedendem Salzwasser sünfwaren lang. Sie schmecken ganz vorzüglich.

Kapnziner. Von Milchbrötchen wird die Schale abgerieben und braun geröstet, die Brötchen in 4 Teile geschnitten und in gutem Rotwein eingeweicht, nachher in Ei und geröstetem Zwieback paniert, in schwimmender Butter gebacken und warm mit Zimmet und Zucker bestreut.

Omeletten. 6 Eier, 4 Eßlöffel Zucker, 1 Eßlöffel feines Mehl, 125 Gramm Butter; Eidotter und Zucker werden ½ Stunde gerührt, kurz vor dem Backen wird der Eierschnee mit dem Mehl hineingesrührt. Erst mit dem Löffel aufgerührt, dann gebacken und auf eine Seite Konfitüren hineingethan und doppelt gelegt. Man kann sie auch nur mit Zucker und Zimmet bestreuen, auch Khum aufgießen und anbrennen.

Holländische Wasseln. 65 Gramm trockenes sauwarmes Mehl wird mit etwas sauwarmer Misch und 8 Gramm Preßhese zu einem Teig angerührt und zum Aufgehen an einen warmen Ort gestellt. 125 Gr. Butter werden seicht gerührt, nach und nach fünf Eigelb, ein ganzes Si und 20 Gramm Puderzucker dem Hesenteig zugegeben, der Schnee der fünf Eiweiß daruntergezogen und die Masse nochmals zum Aufgehen gestellt. Wenn das Wasseleisen heiß und mit Speck bestrichen ist, wird die Masse eingefüllt, auf beiden Seiten gebacken, mit Zucker bestreut und warm serviert.

Comaten: Marmelade. Die Tomaten müssen schön rot und tadellos frisch sein, man reibt sie trocken ab, bricht sie auseinander und dünstet sie mit etwas frischer Butter; einem Stückhen Citronenschale, einigen

Nelken und einem Stückhen Lorbeerblatt weich. Alsdann läutert man mit einem Glas Weißwein auf 1 Kilo Mark ½ Pfund Zucker, treibt die Tomaten durch und rührt sie tüchtig unter den geläuterten Zucker. Den folgenden Tag kocht man das Ganze nochmals auf und füllt es nach dem Erkalten in Gläser, die man mit Pergamentpapier übersbindet und an trockenem Orte ausbewahrt.

-X-

Iwetschgenkuchen. Ein mit Butter bestrichenes Auchenblech wird mit einem guten Obstteig belegt, wie solche die Kochschule schon mehrsmals brachte: Auf den Teig kommt nun folgende Mischung: 2 Gier werden mit 3 Eßlöffeln saurem Kahm verklopft und die Hälfte davon auf den Teig gegeben, dann die Hälfte einer Mischung von Semmelsbrösel, Zucker, Zimmt, gewiegten Mandeln, Citronenschale und Sulstaninen darüber. Auf diese nun die ausgesteinten, halbierten Zwetschgen gelegt, mit dem übrigen Kahm und Giern übergossen, mit der andern Hälfte der Mischung übersät, Butterstücken darauf geschnitten und gebacken.

Apfelkuchen. Schnitten oder Brösel von Semmel werden mit etwas Rhum angeseuchtet; saftige Aepfel werden mit Sultaninen und Zucker zu einem glatten Mus verkocht. Eine Auflaufform wird gut mit Butter bestrichen, mit Semmelmehl ausgestreut und auf den fest bestreuten Boden der Form eine Lage Apfelmus gegeben, dann das übrige Reibmehl, obenauf der Kest von Mus; als Schluß etwas Semmelsmehl und reichlich Stücken frischer Butter. Bei mäßiger Hige etwa eine halbe Stunde gebacken und vorsichtig gestürzt. — Zum Einfüllen muß das Mus abgekühlt sein, und wenn es zu dünn sein sollte, ist es mit etwas Karkoffelmehl zu binden.

Comatenmus. Man nimmt reife Tomaten, wäscht sie und bricht sie in Stücke, kocht diese, läßt sie kalt werden, nun drückt man das

Fleisch durch ein Sieb. Auf jede Obertasse, der so gewonnenen Masse rechnet man eine Obertasse voll Zucker. Das wird nun zusammen ge=

kocht, bis es die richtige Dicke hat. Dieses Mus ist sehr gut.

Süke Eierschnitten. Für 1 Person 1-2 Eier, 1 Kaffeelöffel gesstoßener Zucker und eine Prise Zimmet und schlägt dieses gut. Dann bäckt man nicht zu frische Weißbrotschnitten in heißer Butter schön gelb und legt diese in die Sier. Sinen Augenblick zugedeckt stehen gelassen und serviert. Schmeckt sehr gut.

Gries-Anflanf. 1 Liter Milch wird siedend gemacht, dann 100 Gramm Gries hineingestreut, unter fortwährendem Kühren dick gekocht und in eine Schüssel zum Erkalten hingestellt. Inzwischen rührt man 100 Gramm Butter mit 6 Eidottern zu Schaum, gibt 100 Gramm Zucker darunter und vermischt es mit dem abgekühlten Griesbrei, worunter man zuletzt den festgeschlagenen Eierschnee mischt. Die Masse süllt man alsdann lagenweise mit etwas Obstmarmelade in eine mit Butter bestrichene und mit Semmelbrösel ausgestrichene Form und bäckt sie während 3/4 Stunden schön gelb.

**Diker Keis.** Ein Pfund guter Reis wird einigemal gebrüht und dann 1<sup>1</sup>/4 Liter kochende Milch hinzugethan und auf schwachem Feuer weichgekocht. Reis darf man nicht rühren, da er danach leicht anbrennt. Zuletzt kommt etwas Salz hinein und beim Anrichten Zucker und. Zimmet darüber.

Brotkuchen. 2 Tassen seingeriebenes Brot oder Zwieback, 1 Liter Milch, 125 Gramm Zucker, ein wenig Butter, das Gelbe von 4 Eiern und die abgeriebene Rinde einer Citrone mische man gut durch, bringe die Masse in eine mit Butter ausgestrichene Auchenform und backe sie im Ofen ziemlich gut, doch nicht zu stark. Alsdann streiche eine Lage Eingemachtes darauf, und zu oberst den Sierschnee, vermischt mit etwas Zucker und dem Sast einer Citrone, bringe den Kuchen nochmals in den Ofen und backe ihn bis er braun ist.

Wespennester. 1 Pfund süße Mandeln, die ungeschält auf einem reinen Tuch abgerieben sind, werden in Stäbchen geschnitten. ½ Pfund Zucker, einige Lössel voll Schokolade und der Schnee von 4—5 Eiern werden vermengt und die Mandeln dazugetan. Hiervon setzt man mit einem kleinen silbernen Lössel kleine Häuschen auf ein mit Papier oder Oblaten belegtes Backblech und backt sie in nicht zu heißer Bratröhre. Erst wenn sie erkaltet sind, nimmt man sie ab.

Roher Krantsalat, der sich den ganzen Winter über hält. Man hobelt schönes Kotkraut recht sein und lang, salzt es gut ein und läßt es bis zum folgenden Tage stehen. Dann drückt man es vollkommen aus und legt es in einen Steintopf. Zwischen jede Schicht Kraut streut man etwas seingeriebene Zwiebel und ganzen Pfeffer. Nun gießt man abzgekochten, jedoch wieder völlig erkalteten Essig so auf das Kraut, daß dasselbe bedeckt wird, beschwert es mit Brett und Stein, oder mit einem Porzellanteller, bindet es zu und braucht es später wie Frisches zu Salat oder Dämpskraut.