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

Objekttyp: **Appendix**

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

Band (Jahr): **28 (1906)**

Heft 18

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 5. | Mai 1906

Moderne Nahrung.

Stell' auf den Tisch das Fleischextrakt von Liebig,
Es sei denn, daß du vorziehst das Toril.
Als Suppenwürze Maggi ist ergiebig;
Nimm nicht zu viel!

Dem Baby gib aus Knorr'schem Hafermehle
Sein Süpplein; reich ihm Milch mit Mondamin.
Es labe Malzbier deines Jungen Kehle,
Doch mit Pepsin.

Bleichsücht'ge Tochter, nimm die Somatose;
Blutbildend wirkt sie; nimm Hæmatogen.
Und auch den Teller mit Leguminose
Laß mir nicht steh'n.

Und weil die Mutter schwach an jedem Nerve,
Vor ihren Platz gehört darum Tropon;
Es schaffet auch die nöt'ge Geistesverve
Hier das Plasmon.

Mir selbst, dem Vater, reiche aus dem Schränklein
Den Malton-Wein, gesundheitsfördernd sehr.
Viel lieber wählt' ich zwar ein schärfer Tränklein,
Ich darf's nicht mehr!

Noch soll uns Graham-Brot den Hunger stillen,
Und Kneipp'scher Kaffee ende unser Mahl.
Vergiß zum Schluß nicht die Rhabarberpillen,
— Sonst leid' ich Qual!

Wie Kinder sich beim Essen benehmen sollen.

Es ist durchaus nicht einerlei, ob ein Kind schnell oder langsam ißt. Sehr viel Magenleiden entstehen durch hastiges Essen und schlechtes Kauen. Auch die Zähne leiden, wenn ihnen nicht von früh auf der notwendige Teil Arbeit zugemutet wird. Sobald ein Kind im stande ist, Messer und Gabel selbständig zu handhaben, gebe man ihm unermüdlich die richtige Anweisung, wie es diese Eßgeräte mit Anstand zu benutzen hat.

Ein gutes Beispiel arbeitet natürlich vor und unterstützt den Erfolg. Deshalb sollten sich Eltern in Gegenwart ihrer Kinder niemals gehen lassen.

Ehe das Kind alt genug ist, ohne Gefahr Messer und Gabel zu gebrauchen, zerkleinere man ihm die festen Speisen und gebe man ihm statt des Messers einen Löffel. Das Kauen geschieht bei geschlossenem Munde, damit nicht das häßliche Schmatzen oder das hörbare Kauen den Tischgenossen den Appetit verdirbt. Man achte auch darauf, daß das Kind nicht zu große Speisemengen auf einmal in den Mund nimmt; es ist ein wenig erbaulicher Anblick, wenn ein Nachstopfen mit dem Löffel oder gar mit den Fingern notwendig wird, weil die Mundhöhle die Fülle der Speisen nicht zu fassen vermag, abgesehen davon, daß die Serviette wohl zum Abwischen des Mundes dienen soll, aber nicht zur Aufnahme von Speiseresten.

Kinder, die schnell und hastig essen, werden kurze Zeit darauf verdrießlich und mißgestimmt. Kein Wunder, ihr kleiner Magen muß eine Arbeit verrichten, die von den Zähnen unterlassen wurde; daraus entsteht ein allgemeines körperliches Unbehagen, das sich in schlechter Laune kundgibt. Auf alle Fälle sättigt und nährt langsam gekautes Essen sehr viel mehr, als hastig hinuntergeschlungenes. Der beste Lehrmeister ist hier, wie bei jeder erzieherischen Tätigkeit, das Beispiel und die Gewöhnung.

Kaiser-Borax,

ein vortreffliches Hautpflege- und Reinigungs-Mittel.

Unter den vielen trefflichen Neuheiten, welche das 20. Jahrhundert bereits zu Tage gefördert hat, ist eine der nützlichsten und beliebtesten, der in letzter Zeit so viel genannte Kaiser-Borax, welcher eine so vielseitige, wohltätige und nützliche Verwendung in jedem Hause finden kann, wie kein anderer Bedarfsartikel. Bekanntlich besitzt Kaiser-Borax die Fähigkeit, das härteste Wasser weich zu machen und je

weicher das Wasser, desto verschönender seine Wirkung auf die Haut. Tägliche Borax-Waschungen des Gesichtes wie auch des Körpers entsprechen nicht nur der sanitären Reinlichkeit, sondern sie verleihen der Haut auch jene Zartheit und Frische, die bei der Damenwelt so sehr gesucht und beliebt ist. — Da Kaiser-Borax zugleich eine heilende Wirkung auf die Haut ausübt, ist er namentlich auch für Damen geeignet, welche unreine, gerötete oder rauhe Haut haben. Ein warmes Bad mit Kaiser-Borax ist infolge seiner antiseptischen, verschönernden und bleichenden Wirkung sowohl in hygienischer als kosmetischer Beziehung für Erwachsene und Kinder sehr zu empfehlen und dürfte dies speziell Damen interessieren, welchen daran gelegen ist, schöne, weiße Hände oder überhaupt weiße Haut zu bekommen. Auch zur Pflege des Mundes und der Zähne leistet ein Gurgelwasser mit Kaiser-Borax vortreffliche Dienste als antiseptisches Reinigungsmittel und als Heilmittel gegen Heiserkeit und leichte Entzündungen im Halse. Nähere Auskunft gibt die jedem Carton beigegebene ausführliche Gebrauchsanweisung. Beim Einkauf (in Drogerien, Apotheken oder Colonialwaren-Geschäften) verlange man ausdrücklich den echten Kaiser-Borax. Zu dieser patentamtlich geschützten Bezeichnung ist nur die Firma Heinrich Mack in Ulm a. D. berechtigt, welche Kaiser-Borax niemals lose, sondern nur in roten Cartons zu 15, 30 und 75 Cts. liefert. Auch die von derselben Firma in Handel gebrachte Kaiser-Borax-Seife, welche wegen ihres herrlichen Veilchenduftes so sehr beliebt ist, kann zur Hautpflege angelegentlichst empfohlen werden.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Kalbfleisch-Bällchen. Man hackt gebratenes Kalbfleisch soviel, daß ein Suppenteller flach gestrichen damit angefüllt ist, ebenso ein Kalbsnierchen und eine Zwiebel, drei Eßlöffel voll Mehl röstet man in Butter, gießt Fleischbrühe hinzu, tut Pfeffer, Salz und Muskatnuß daran, nebst vier Eigelb und läßt diese Sauce gut durchkochen. Dann schüttet man das Fleisch in die Sauce, rührt es darin gut um und läßt es auf einer Schüssel erkalten. Ist dies geschehen, formt man von der Masse runde Bällchen, wälzt sie in Paniermehl um und bäckt sie, schwimmend in Fett, goldgelb. Petersilie backt man mit aus und garniert die Schüssel mit derselben.

*

Ochsenfilet aux croûtons. (Restverwendung.) Resten von Filet oder Roastbeef (am Spieß gebraten) werden in hübsche kleine Tranchen ge-

schnitten, in etwas Bratenjus heiß gemacht, Wecklitranchen in derselben Größe backt man in heißer Butter goldgelb und tropft sie ab. Die Tranchen werden abwechslungsweise auf eine heiße Platte angerichtet und mit Kügelchen aus folgender Masse belegt: ein Stücklein frische Butter wird mit etwas fein verwiegter Petersilie, einigen Tropfen Citronensaft und ebenso viel „Maggis Würze" rasch und kühl verarbeitet.

*

Kalbsmilken-Pastete. Ein pikantes Eingangsgericht für den feinen Tisch. Bereitungszeit 1½ Std. — Für 6 Personen. — Zutaten: 6 Eier, 140 Gramm Mehl, ⅜ Liter Milch, 125 Gramm gekochter Schinken, 125 Gramm Emmenthaler Käse, ½ Kilo Kalbsmilken, 1 Kalbszunge, 1 kleine Büchse Champignons, 1 kleine Büchse Bruchspargel, 20 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt, 8 Gramm Salz, 80 Gramm Butter. Die gereinigte Kalbszunge und die von der Haut befreite Kalbsmilke werden in kurzer Fleischbrühe (1 Liter Wasser, 20 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt), 8 Gramm Salz gar gekocht, alsdann in kleine Stücke geschnitten und zugedeckt hingestellt, bis die Sauce hergerichtet ist. Zu letzterer röstet man 40 Gramm Mehl mit 80 Gramm Butter gelb, und gießt nach und nach ½ Liter von der durch ein Sieb gegossenen Brühe hinzu, schmeckt diese hergestellte Sauce mit etwas Citronensaft ab, läßt Champignons und Spargel darin heiß werden und fügt Zunge und Kalbsmilke hinzu, läßt dieses alles gut zugedeckt stehen, damit es recht heiß bleibt. Nun backt man aus den 6 Eiern, 100 Gramm Mehl und ⅜ Liter Milch, 2 Omeletten, belegt die erste Omelette mit dem vorher gehackten Schinken und dem geriebenen Käse, legt auf diese Schicht die zweite Omelette und auf die zweite Omelette füllt man recht schön das Kalbsmilkenragout. — Diese sehr schöne Speise muß gleich zu Tisch gegeben werden.

*

Filetbraten auf Wiener Art. Das Filet wird von Haut und Fett gereinigt, in eine halb Wasser-, halb Essig-Beize gelegt, gelbe Rüben, Petersilienwurzeln, Lorbeerblätter, zerschnittene Zwiebeln, Gewürznelken, Pfeffer, Salz und Ingwer dazu getan und vier Tage darin gelassen, indem man ihn einmal gewendet hat. Dann wird er ziemlich gespickt, schön braun in der Röhre angebraten, indem man nebst Butter etwas Rahm öfter darüber gießt, auch gibt man die Zwiebeln aus der Beize dazu. Kurz vor dem Anrichten verrührt man ein Theelöffelchen Mehl mit Wasser und gießt noch etwas Rahm an die Sauce, welche man — durchgesiebt — anrichtet. Man brät ihn meistens in Wien am Spieß, gießt aber auch da etwas Rahm darüber. Man garniert den Braten mit gekochten kleinen Erdäpfeln.

Schinken-Eierkuchen. Man hacke rohen Schinken fein, brate ihn ein wenig an, mische ihn dann unter den Eierkuchenteig und brate schöne Kuchen davon. Man kann auch ebenso Speck, Zunge, Bücklinge, Schnittlauch und Zwiebeln verwenden.

*

Salat von jungen Hühnern mit Mayonnaise. Bereitungszeit 1½ bis 2 Stunden. — Für 5—6 Personen. — Zutaten: 3—4 junge Hühner, Salat oder Endivienblätter, 2—3 Dotter von hartgekochten Eiern, etwas Weinessig oder Citronensaft, 1 rohes Eidotter, etwas Butter, eine Messerspitze feiner, weißer Pfeffer, Senf, etwas Zucker, 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, ⅛ Liter feines Oel, Salz nach Geschmack, Kapern. Man dämpft die Hühner mit Wasser, Salz und Butter weich. Wenn sie erkaltet sind, schneidet man das Fleisch der Brust und Beinchen in Stücke und legt es in eine Salatschüssel. Den Rand der Schüssel garniert man mit Salat oder Endivienblättern, welche man in nachstehender Sauce vorher anmengt: Die hart gekochten Eidotter reibt und zerrührt man mit etwas Weinessig oder Citronensaft, thut dann das rohe Eidotter dazu, außerdem tropfenweise ⅛ Liter feines Oel, etwas weißen, feinen Pfeffer, Senf, etwas Zucker und 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, welches man in ⅕ Liter von der übrig gebliebenen Hühnerbrühe aufgelöst hat. Hierauf fügt man der Sauce, die nicht zu dünn sein darf, einige Kapern hinzu.

*

Italienische Sellerie-Omelette. Man koche eine Selleriestaude (Knolle und Stengel) in Salzwasser weich und schneide davon ganz kleine Stücke. Dann mache man Schwitzmehl, gebe die Selleriestückchen hinein, fülle ½ Liter Milch dazu und auch Muskat, Pfeffer, lasse gut durch- und einkochen, gebe 6 verklopfte Eigelb dazu, rühre gut um und backe von dieser Masse nun in flacher Pfanne in Oel oder Butter mit Zwiebeln Omelettes.

*

Kartoffeln mit pikanter Sauce. (Bechamel.) Pellkartoffel (1½ Liter) werden, so lange sie noch heiß sind, von der Schale befreit und in Scheiben geschnitten. Unterdes läßt man zwei Eßlöffel Butter in einer Kasserolle zergehen, gibt eine geriebene Zwiebel und einen Eßlöffel Mehl daran, läßt dies einige Augenblicke schwitzen und fügt dann nach und nach 3 Eßlöffel geriebenen Parmesankäse, 1 Liter dicken Rahm von schwach säuerlichem Geschmack, Pfeffer und Salz hinzu. In diese Sauce werden die Kartoffeln hineingeschüttet, damit verrührt und einmal aufgekocht.

Heleuenkuchen. 140 Gramm Butter wird mit 2 ganzen Eiern gut gerührt, dann 140 Gramm Zucker, 1 Theelöffel Zimt, etwas abgeriebene Citrone und 140 Gramm Mehl nochmals tüchtig verrührt und in ein mit Butter bestrichenes Springblech gefüllt. Nachdem man die Masse glatt gestrichen, bespritzt man den Teig mit kaltem Wasser, bestreut ihn mit abgezogenen, feingeschnittenen Mandeln, welche man gut mit Zucker vermischt, und bäckt den Kuchen bei gelinder Hitze. Man schneidet den Kuchen noch lauwarm in fingerbreite Streifen und schichtet ihn wie eine Scheiterbeige übereinander.

*

Käse-Kartoffeln. 125 Gramm Butter läßt man zergehen, thut 1 Eßlöffel voll Mehl dazu, läßt dies etwas schmoren, gibt dann einen halben Teller voll geriebenen Parmesankäse und so viel Milch dazu, daß die Masse wie eine Crême ist. Mit der Schale gekochte Kartoffeln schält man, schneidet sie in dünne Scheiben, vermischt sie mit der Sauce und füllt sie in eine Auflaufform, streut Parmesankäse darüber und serviert sie gleich. Der Käse soll nicht kochen und das Gericht darf nicht lange stehen, weil sonst der Käse Fäden spinnt.

*

Käse-Eier. Eine beliebige Anzahl Eier kocht man 5 Minuten, schält sie und schneidet sie unten flach, damit sie aufrecht stehen können. Dann macht man eine Bechamelsauce, rührt 100 Gramm geriebenen Parmesankäse und den steifen Schnee von 5 Eiern darunter, füllt diese Creme um die Eier und serviert sie warm. Die geschälten Eier legt man in warmes Wasser und nimmt sie erst zum Anrichten heraus.

*

Kartoffeln (gespritzte). Durch ein Sieb getriebene Kartoffeln bereitet man wie Kartoffelbrei mit einem Stück Butter, aber ohne Milch. Dann gibt man noch 3 Eigelb darunter und Salz, füllt die Masse in eine Spritze und spritzt ganz kurze kleine Würste in kochendes Schmalz. Zuerst macht man eine kleine Probe, ob der Teig die richtige Konsistenz hat. Man kann die gespritzten Kartoffeln auch im Ofen backen.

*

Croquets. Sechs Eier werden mit 500 Gramm Zucker eine halbe Stunde gerührt, 375 Gramm Mandeln grob geschnitten und 500 Gr. Mehl, einige Tropfen Citronenöl oder eine Citrone abgerieben, alles gut vermengt, auf dem Wirkbrett fingersdicke und ebenso lange Stückchen gerollt, auf ein mit Butter bestrichenes Blech gelegt und mit Eigelb angestrichen und bei mittlerer Hitze gebacken. Diese Masse gibt eine große Portion.

Kartoffelpuffer. Auf 2 Liter rohe geriebene Kartoffeln rechnet man 3 geriebene Zwiebäcke, 4 Eidotter, 3 Eßlöffel voll sauren Rahm, etwas Salz, Muskatnuß und den Schnee der 4 Eier. Alsdann wird der Teig ausgerollt und im Eierkuchentiegel mit halb Butter, halb Schweinefett bei scharfem Feuer recht knusperig gebacken und sofort heiß angerichtet.

*

Gute Kartoffelküchli. Man macht am Abend ein Vorteigli von Hefe (für 15 Cts.), 2—3 Löffel Mehl in zirka eine Tasse lauwarme Milch. In einer kleineren Schüssel wird es über Nacht gedeckt (mit einem reinen Tuche), ins Zimmer oder in die Küche — wo es eben nicht gerade kalt ist — gestellt, damit man am Morgen sehen kann, ob die Hefe gut ist, d. h. das Teigli etwas in die Höhe getrieben hat. Nun nimmt man 375 Gramm Mehl und 375 Gramm gesottene, geriebene Kartoffeln, eine kleine Hand voll Salz und ein Stück süße Butter, so groß wie zwei Nüsse, läßt die Butter in einem halben Liter lauwarmer Milch zergehen und bringt alles samt dem Vorteigli in eine größere Schüssel und mengt es gut mit dem Kochlöffel, gibt hierauf 2 Eier, die man erst etwas wärmt (durch kurzes Legen in warmes Wasser) in den Teig, den man tüchtig mit dem Kochlöffel bearbeitet. Wenn er Blasen wirft, läßt man ihn eine kleine Stunde lang ruhen, nimmt ihn dann auf das Nudelbrett, walkt ihn schwach fingersdick aus und sticht mit einem gewöhnlichen Wasserglas, dessen Rand man immer wieder in Mehl taucht, runde Küchlein aus, die im schwimmenden Fett (darf reines Schweinefett sein) gebacken werden. Sie gehen sehr auf, sind — wenn man das Fett gut abtropfen läßt — leicht verdaulich und schmecken mit Zucker und Zimmt bestreut vortrefflich zu Kaffee oder kalter Kompotte.

*

Mehlspeise von Schwarzbrot und Sauerkirschen. 375 Gramm Kirschen reibt man sauber ab, entfernt die Stiele und Steine, vermischt die Kirschen mit 90 Gramm Zucker, deckt sie zu und läßt sie zwei Stunden stehen. 4 Eidotter werden mit 90 Gramm Zucker schaumig gerührt und 180 Gramm geriebenes altbackenes Schwarzbrot darunter gegeben, ebenso 1/8 Liter zu Schnee geschlagener Rahm, 1 Theelöffel Zimt, die abgeriebene Schale einer Citrone und eine Prise Salz nebst dem steifen Schnee der 4 Eiweiß. Auf den Boden einer mit Butter ausgestrichenen Form kommt nun eine Schicht von dieser Masse, dann eine Schicht der gezuckerten Kirschen, wieder Brotmasse und so fort bis die Zuthaten verbraucht sind. Den Schluß macht das Brot. In einem mäßig heißen Ofen backt man die Speise eine Stunde und serviert sie mit einer Kirschsauce. (Für 6 Personen.)

Vertilgung des Holzwurmes. Sobald man in einem Möbelstück Holzwürmer bemerkt, ist es ratsam, den Schädlingen in ihrem Zerstörungswerk Einhalt zu tun, sonst fallen mit der Zeit die Hotzteile ein. In die gebohrten Löcher, die sich durch darin enthaltenes Holzmehl kenntlich zeigen, lasse man einige Tropfen von einer 10prozentigen Kreolin-Lösung bringen und dann die Oeffnungen mit gewöhnlichem Tischlerleim zuschmieren. Die Würmer verschwinden und verenden, sobald sie mit dem Medikament Bekanntschaft machen und wenn ihnen die erforderliche Luft geraubt wird.

*

Silber reinigt sich bequem, wenn man es 5—10 Minuten in heißes Wasser legt — womöglich kochend —, welches man von gekochten Kartoffeln abgegossen, dann nimmt man es rasch heraus und trocknet mit einem weichen Tuch ab, worauf es wie neu glänzt. Das Silber nutzt sich auf diese Weise weniger ab als beim eigentlichen Putzen.

*

Möbelpolitur, welche hohen Glanz verleiht, viel Wärme verträgt und sich nicht bald abnützt, läßt sich folgendermaßen leicht selbst herstellen: 40 Gramm Schellak, 10 Gramm Kopal werden mit 80 Gr. starkem Spiritus und etwas Aether (dieser zur leichtern Lösung des Kopals) in mäßiger Wärme vorsichtig — weil feuergefährlich — unter fleißigem Schütteln aufgelöst und dann in kleine gutversiegelte Fläschchen abgefüllt. Beim Gebrauch wird wenig davon auf einen Knäuel alte Leinwand geschüttet, und auf den Möbeln gleichmäßig stark verrieben, mit weichem altem Lappen wird alsdann nachgerieben und man wird schönen Glanz erzielen. Wem obiges Verfahren zu langwierig erscheint, kann auch nur z. B. bei der Frühlingsputzerei die Möbel wie folgt auffrischen: „Auf ein halbes Trinkglas ff. Olivenöl drücke den Saft von 2 Citronen, rühre diese Mischung gut und lange und setze ihr noch 1 Theelöffel pulverisiertes Kochsalz zu. Damit brauchen die Möbel nicht so lange und nicht so stark abgerieben zu werden, wie mit der Möbelpolitur, werden von Staub und Flecken befreit, der Glanz hält sich aber nicht so lange wie bei ersterem Verfahren.

*

Weiße Flecke aus lakierten Gegenständen wegzubringen, dazu nimmt man einen dicken wollenen Lappen, gießt auf den Fleck feines Maschinenöl und rasch hinterher einige Tropfen Sprit und verreibt so schnell man kann; der Fleck wird verschwunden sein.

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