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

Band: 29 (1907)

Heft: 1

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: 28.12.2025

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

Q

Pol. 4

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | Nr. 1. | Januar 1907

Was sollen wir essen.

Diese wichtige Tagesfrage ist sogar für Hausfrauen, welche aus dem Vollen schöpfen können, sehr oft schwierig zu beantworten, für die Frauen des Mittelstandes, für die meisten unserer Leserinnen, wird sie zur brennenden Existenzfrage.

Die Nahrungsmittel sind in den letzten Jahren derartig im Preis gestiegen, daß es ein wahres Studium bildet, seine Familie den Einnahmen entsprechend zu ernähren und zu sättigen.

Es gilt seit altersher die Ansicht, gekochtes Rindfleisch mit Gemüse und Kartoffeln sei das billigste Mittagessen. Ich habe in meiner kinderreichen Familie stets das Gegenteil erfahren. Zu 1 Kilo Ochsenfleisch brauche ich ca. für 50—60 Cts. Gemüse. Nun kommt mich das Essen mit Kartoffeln schon weit über 2 Fr.; schließlich wird vom Tische aufgestanden, dann versichern mir Gatte und Kinder kleinlaut, recht satt seien sie eigentlich nicht geworden.

Bringe ich dagegen Krautwickerln, hergestellt aus 1/2 Kilo Schweinefleisch, 1 Krautkopf und 2 Semmeln, mit Kartoffelsalat als Beilage, so jubelt groß und klein über Qualität und Quantität dieses Essens. Ebenso verhält es sich mit gehackten Koteletts (1/4 Kilo Schweine-, 1/4 Kilo Rindfleisch, 1 Ei, 1—2 Semmel) mit Linsengemüse und Mehlspatzen. Diese Zusammenstellungen sind viel appetitreizender und nährhafter, als das ausgekochte Rindfleisch.

Freilich läßt sich letzteres nicht ganz vom Küchenzettel verbannen, der kräftigen Suppe halber, aber öfter als zweimal darf es bei uns per Woche nicht erscheinen. Die Fleischbrühe reicht für zwei Tage, und außerdem stellt man mit Suppeneinlagen, mit Tomaten, mit Kerbel und Grünzeug auch sehr schmackhafte Suppen her, welche man durch die Knochenbrühe des verwendeten Fleisches oder durch einen kleinen Zusatz von Liebigs Fleischextrakt auch kräftig und wohlschmeckend her-

SCHWEIZ. LANDESBIBLIOTHEK 1907 K. 1271.

stellen kann. Auch boeuf à la mode von 1 Kilo Fleisch reicht durch Beigabe von Makkaroni, von rohen Kartoffelklößen, von Griesschmarrn, gedünstetem Reis u.s.w. auf zwei Mahlzeiten, da jedermann durch die Sauce und die sättigenden Zuspeisen nicht Verlangen trägt, das Fleisch als Hauptnahrung zu behandeln.

Auch Stockfisch im abgebrühten Zustande, lagenweise mit gekochten Kartoffelscheiben, Butterflöckchen, Zwiebeln und Semmelbröseln und etwas Fleischbrühe kurze Zeit gedünstet, gibt mit einer Sauerkrautbegleitung kräftige, beliebte Mittagskost.

Weitere Gerichte wären Rührklops mit Kartoffelnudeln, gedünstetes Hammelfleisch mit Semmelknödeln, Pfannkuchenpastete (hergestellt aus 8 bis 10 gebackenen Pfannkuchen, welche aufeinandergeschichtet in einer Auflaufform mit etwas Milch und Fett im Rohre aufgezogen wurden, nachdem man die einzelnen Schichten vorher mit einer Farce aus gewiegten Bratenresten, Semmelbröseln, und 1—2 Eiern bestrichen hatte) mit grünem Salat oder Kartoffelpüree u.s.w.

Trotzdem man bei diesen Speisezusammenstellungen mehr Fett verbraucht als bei dem üblichen Rindfleisch, wird man billiger daran sein, besonders wenn man das Fett aus drei Teilen Ochsenfett und einem Teil Palmin herstellt. Schließlich ist diese Kost auch gesünder für Kinder, da denselben der viele Fleischgenuß nicht zuträglich ist.

Vom Fensterputzen bei kaltem Wetter.

Es ist eine irrige Meinung, zu glauben, daß man bei sehr kaltem Wetter keine Fenster zu putzen brauche, noch zu putzen vermöchte, da das Wasser ja allsogleich gefrieren würde und selbst Schwamm und Leder sich mit einer Eisschicht überzieht. Welche echte, rechte Hausfrau vermöchte aber, wenn das kalte Wetter zwei Wochen und noch länger andauert, beschmutzte Fenster in ihrer Behausung zu sehen! Gewiß keine, umsomehr, als ja auch das beste Reinigungsverfahren der Fensterscheiben mittels Spiritus geschieht, welcher selbst bei sehr strenger Kälte niemals gefriert. Man benetzt einfach den Schwamm mit denaturiertem Spiritus, fährt über jede Stelle der Fensterscheibe hin, und augenblicklich werden sich Flecke, Staub und Fliegenschmutz lösen; nun poliert man mit dem ebenfalls mit etwas Spiritus befeuchteten Leder nach, und die Scheibe wird blank und spiegelklar erscheinen, sofort trocken sein, da ja Spiritus rasch verdunstet. Wie ersichtlich, fördert dieses Reinigungsverfahren der Fensterscheiben sehr, so daß auch schon deswegen die Benutzung des Spiritus hierfür bei einem großen Haushalt und einer Wohnung mit vielen Fenstern sehr zu empfehlen ist.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Milchsuppe mit Nudeln. 1½ Liter Milch, eine gute Hand voll Suppennudeln, nach Belieben Zucker, etwas Citronenrinde, Zimt. Wenn die Milch kocht, streut man die Nudeln unter beständigem Rühren hinein, fügt alle anderen Zutaten bei und kocht die Suppe so lange auf schwachem Feuer, bis die Nudeln weich sind. Zuletzt gibt man eine Prise Salz bei.

*

Poulet-Ragout. In eine Kasserolle legt man ein paar Scheiben Citrone, eine kleine Zwiebel mit 1—2 Nelken besteckt, eine Selleriewurzel, ein paar Rübchen, Petersilie. Darauf legt man nun ein schönes Poulet in Stücke zerteilt, mit feinem Salz bestreut. Auf die Stücke Poulet gießt man ein Glas guten Weißwein, ein halbes Glas Essig und 2—3 Eßlöffel feines Olivenöl, sowie zwei Lorbeerblätter und eine Prise Pfeffer. Wenn das Poulet halb gar ist, nimmt man die Lorbeerblätter weg. Man läßt auf schwachem Feuer kochen und gibt zuletzt ein wenig Liebigs Fleischextrakt dazu. Angerichtet wird die Platte folgendermaßen: In die Mitte schön aufgehäuft die Stücke Poulet und um dieselbe herum gereinigte Sardellen, die Rübchen mit Selleriewurzel, Salatherzen und Kapern. Darüber wird der Rest der Brühe gegossen, welche nur noch wenig sein soll, sonst kocht man sie noch allein etwas ein und serviert die Platte kalt oder warm. Sehr gut.

*

Kalbskeule als „Lachs". Eine schöne, große Kalbskeule wird ausgebeint, stark mit Salz (auf 2 Pfund Salz 1 Teelöffel voll Salpeter) und 1 Eßlöffel voll Zucker, eingerieben, in einen Steintopf gelegt, mit einem Brettchen, auf das man Steine legt, beschwert und täglich gewendet. Nach 10 Tagen hebt man das Fleisch heraus, wäscht es ab, kocht die Pökelbrühe auf, fügt verschiedene Kräuter und Zwiebeln, einige Pfefferkörner, Champignons und Kapern hinzu und legt das Fleisch mit diesen Ingredienzien in den Pökel zurück. Die Keule bleibt nun noch 5—6 Tage liegen und wird täglich gewendet; dann kocht man das Fleisch in der Lake. In Scheiben geschnitten und mit Aspik garniert, gibt diese mit Remulade gereichte Schüssel stets eine willkommene Bereicherung der Tafel. Viele kochen die gepökelte Keule nicht ab und schneiden sie roh auf, bestreichen die Scheiben mit Oel und reichen englische Saucen dazu. Die Keule kommt natürlich immer wieder in den Pökel zurück.

Paprika-Kalbschnitzel. Von schönem Kalbfleisch (Kalbsnuß) werden halbhandgroße, 1 Centimeter dicke Tranchen geschnitten. In einer Bratpfanne wird in Würfel geschnittener Speck ausgebraten; die Grieben werden herausgenommen, heiß gestellt und die mit Salz und Mehl bestreuten Schnitzel in der Pfanne 7—10 Minuten schön angebraten; nach Belieben können etwas fein geschnittene Zwiebeln hinzugefügt werden. Nachdem das Fleisch angerichtet, wird der Fond in der Pfanne gut aufgelöst, mit Fleischbrühe, Essig, Paprika und Rahm zu einer Sauce aufgekocht, diese dann mit einigen Tropfen „Maggis Würze" abgeschmeckt und samt den heißen Speckwürfelchen über die hübsch angerichteten Schnitzel gegeben.

*

Saure Mocken. Zeit 2 Stunden. 1 Kilo Rindfleisch (Eckstück, Hust oder Schwanzfeder), 50 Gramm Fett, 2 Kochlöffel Mehl, 1 Löffel Zucker. 2 Deziliter Wein, 3 Deziliter Fleischbrühe, 1 bis 2 Löffel saurer Rahm, Zwiebel, Nelken, Lorbeerblatt, Wachholderbeeren, Pfefferkörner, 1 Gelbrübe. — Das Fleisch wird von sämtlichen Knochen befreit, tüchtig geklopft, in eine tiefe Schüssel gelegt und mit halb Wein, halb Essig übergossen. Die Gewürze legt man daneben. Je nach der Jahreszeit bleibt das Fleischstück 4—9 Tage in der Beize, worin es täglich umgewendet wird. Vor der Zubereitung wird es auf ein Sieb gelegt, und abgetrocknet in einem Löffel heißem Fett auf allen Seiten schnell angebraten. Man vermeide jedoch das Hineinstechen. Im Rest des Fettes oder mit Speckwürfeln wird das Mehl und der Zucker braun geröstet, mit einem Teil des Beizessigs abgelöscht, die Fleischbrühe oder heißes Wasser, der Wein, das nötige Salz beigefügt und die Sauce siedend über das Fleischstück gegossen. Es wird darin zugedeckt langsam weich gedämpft. Eine Beigabe von Rahm verfeinert das Gericht.

*

Gänsesülze oder Weißsauer. Die zu Weißsauer bestimmten Stücke einer gut gemästeten Gans, zu denen man meist Brust und Leber nicht hinzunimmt, werden mit Wasser und 1/2 Liter Weinessig bedeckt und 4—6 Kalbsfüße mit hinzugetan. Das Weißsauer ist mit Zwiebeln, ganzem Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt und Thymian, Beifuß, Majoran, Salbei, nach Belieben mit zwei Citronenscheiben zu würzen. Man läßt die Gänsestücke in der Brühe zugedeckt langsam weichkochen. Dann werden die Stücke herausgehoben und die Brühe durchgeseiht. Sie wird mit drei Eiweiß geklärt. Die Gänsestücke müssen sauber zurechtgeschnitten werden. Nachdem sie in Porzellanformen oder Töpfe getan sind, gibt man die Brühe darüber und läßt das Gelee fest werden.

Beim Gebrauch werden dann die kleinen Formen umgestürzt.

*

Russischer Gänsebraten. Ein eigentümliches Verfahren beim Braten einer gut vorbereiteten Gans übt man in Rußland aus. Das Tier wird mit feingestoßenem Kümmel und Salz innen und außen eingerieben, dann mit kleingeschnittenem Sauerkraut, das vorher in Fett mit Zwiebeln gar gekocht wurde, feingeschnitzelten Aepfelwürfeln, Majoran und Salz gefüllt, oder aber nach kleinrussischer Sitte mit 1 Pfd. in Fleischbrühe ausgequellter Buchweizengrütze vollgepfropft und dann zugenäht. Bei der Grützefüllung muß man, um das Platzen des Bratens zu verhüten, einen leeren Raum lassen. — Dann legt man die Gans in die mit Zwiebelscheiben und saurem Rahm belegte Bratpfanne, füllt kochende Fleischbrühe darauf, mit der man sie beschöpft, und brät sie unter fleißigem Begießen gar. Dann seiht man die Brühe durch, kocht sie noch kurz ein, macht sie mit Buttermehl sämig und gibt sie zum Braten.

*

Kalbfleisch à la Cavour. Man nimmt ein schönes Stück Kalbfleisch und legt es 24 Stunden in Wein, mit Salbei, Rosmarin, ein Lorbeerblatt, Petersilie, Zwiebel und 2—3 Nelken. Am andern Tag nimmt man es wieder heraus, läßt es in heißer Butter schön gelb werden und gibt alle möglichen Gemüse dazu: Zuckererbsen, Spargel, Bohnen, Kartoffel, ein wenig Sellerie und Rübli, welche alle vorher ein paar Minuten in kochendes Wasser kamen. Ist das Fleisch schön gelb, so wird mit etwas Wein abgelöscht, derselbe nach und nach dazu gegossen und das Fleisch auf schwachem Feuer weich gekocht. Das Gemüse wird nun durch ein Sieb gedrückt und kommt mit einem Glase Marsala nochmals einen Augenblick aufs Feuer, dann gießt man es über das Fleisch. Kalt serviert schmeckt dieses vorzüglich.

*

Bohnen mit Speck. Eine kleine Zwiebel wird fein zerschnitten, in Fett gedünstet, die von den Fäden befreiten Bohnen roh beigefügt, samt einem beliebigen Stück geräucherten oder frischen Speck und das Ganze bei mäßigem Feuer unter Beigabe von Salz und einer Tasse Fleischbrühe oder Wasser ca. 1½ Stunden gekocht.

*

Gebackene Sardellen. Man nimmt die erforderliche Menge Sardellen, wäscht sie mehrmals, wässert sie kurze Zeit, trocknet sie rein ab, wälzt sie in Mehl und Semmelkrume, dann in Eiweiß und nochmals in Semmel und bratet sie in reichlicher Butter gelbbraun.

Senf-Sauce. Bereitungszeit 15 Minuten. — Für 5 Personen. — Zutaten: 50 Gramm Butter, 2 halbierte Zwiebeln, 1 Prise Zucker, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer, 2 Eßlöffel Mehl, 10 Gramm Liebigs Fleisch-Extrakt, 1 Eßlöffel Senf, Wasser. Die Zwiebel wird in der Butter einige Minuten geschmort, Mehl hinzugefügt, dann alle obengenannten Zutaten und das nötige Wasser, nach dem Salz und Süßen geprobt und einigemale aufkochen lassen. — Passend: Eierhälften, Pellkartoffeln, Fleischreste.

*

Zander mit feinen Kräutern. Ein Zander von 1½—2 Pfd. wird der Länge nach in zwei Hälften geschnitten, entgrätet und abgehäutet. Die zwei hierdurch erhaltenen Filets werden in schräge Stücke geschnitten, die nun mit Citronensaft, Pfeffer, Salz, fein gehackter Petersilie und Zwiebel einmariniert werden, worauf sie etwa eine Stunde stehen müssen. Nachdem einige Schalotten oder Zwiebeln, etwas Petersilie, Thymian, Kerbelkraut und Estragon und eine Hand voll Champignons fein gehackt worden sind, werden diese Kräuter in Butter gedämpft. Die Fischstücke werden dazu gegeben, worauf ein Viertelliter Weißwein zugegossen wird, und die Fischstücke mit Butterpapier bedeckt langsam etwa 15—20 Minuten dämpfen müssen. Der Fisch wird angerichtet, unter die Fischbrühe wird etwa 100 Gramm frische Butter gerührt und diese dann heiß über den Fisch gegossen.

*

Fleischsalat. Resten von gekochtem und gebratenem Fleisch, auch Schinken oder gekochtem magern Speck werden sehr fein geschnitten. In der Salatschüssel löst man ½ bis 1 Kochlöffel voll Esdragonsenf mit ein wenig gutem Weinessig auf, fügt Salz, Pfeffer, feinst geschnittene Zwiebeln, etwas verwiegte Petersilie, nach Belieben 1—2 gehackte, hartgekochte Eier, dann das nötige Quantum Oel bei, mischt alles gut mit dem Fleisch und kräftigt den Salat mit einem Güßchen „Maggis Suppenwürze" oder mit Liebigs Fleischextrakt.

*

Grützwurst. Familienrezept. Ein Kilogramm Buchweizengrütze wird mit 3 Liter Wasser zugesetzt, dann 500 Gramm würfelig geschnittener Speck hineingetan, den man vorher angebraten hatte, ferner die in Stücke geschnittene Lunge vom Schwein oder Rind, Salz und Pfeffer. Ist die Grütze weich genug und ein steifer Brei geworden, so läßt man sie abdampfen, gibt ¾ Liter frisches Schweinsblut hinein, viel Pfeffer, Kardamomen, geriebene Zwiebel, dito Majoran, Salbei, Pfefferkraut und Thymian, Nelken und das noch nötige Salz. Dies in sehr reine Schweinsdärme gefüllt, doch nicht zu straff, damit die Wurst nicht platzt, und wird ½ Stunde gekocht.

Leberwurst mit Reis (auch zum Räuchern geeignet). Diese wenig bekannte, sehr wohlschmeckende Wurst läßt sich sowohl frisch gekocht, wie als Rauch-, respektive Dauerwurst zubereiten. Man braucht dazu zwei Schweinslebern, die zweimal durch die Maschine getrieben werden müssen. Damit die Sauce recht fein ausfällt, ist sie nachher noch durch einen Porzellandurchschlag zu reiben. Man nimmt dann ebensoviel frisches Bauchfett, das angekocht und abgegossen wird und wieder erkalten muß und schneidet es in ganz feine, kleine Würfel; die halbe Masse des Fettes wird nun in Reis abgewogen, dieser blanchiert und in Brühe oder Wasser in Fleischextrakt gar, aber nicht zu weich gekocht. Dann gibt man dies alles zu dem Leberbrei hinzu und würzt stark mit Salz, Kardamom, Nelken, Gewürz, Pfeffer. Die Masse ist dann in Därme zu füllen, die eine Stunde in Wasser gekocht werden. Nach dem Herausheben werden die Würste entweder frisch verbraucht oder 3 bis 4 Tage in der Räucherkammer leicht geräuchert. Die Därme dürfen nicht zu fest gefüllt sein; der Reis quillt noch nach und würde die Hülle sprengen, falls man ihm nicht genug Raum ließe.

*

Bremer Rauchwurst oder Grützwurst. 1 Kilo rohe Hafergrütze und ebensoviel Rindsnierenfett mischt man mit 1/2 Liter eben aufgefangenem Schweinsblut, salzt kräftig, gibt Pfeffer, Nelkengewürz, geriebene Zwiebel, Kardamon, gestoßenen Majoran daran. Diese Mischung wird in dicke, weite Därme gefüllt und genügend Raum zum Aufquellen gelassen. Man kocht die Wurst 1/2 Stunde gut und langsam gar, trocknet sie ab, hängt sie in den Rauch und gibt sie später als Aufschnitt oder warm gemacht zu Sauerkraut, sauren Linsen oder Bohnen.

*

Heizung mit Kohlen. Dem „Stein der Weisen" entnehmen wir einige Ratschläge zu sparsamer Heizung. — Vor dem Heizen sind alle Rückstände zu entfernen. Auch der Aschenraum muß entleert sein. Beim Feueranmachen ist der hintere Teil des Rostes (etwa zu zwei Drittel) mit Kohlen zu bedecken. Das zur Entzündung derselben bestimmte Holz u. dgl. ist vor die Kohlen zu legen. Die Feuertür ist nach dem Anzünden rasch zu schließen. Auf die Entwicklung und Erhaltung einer stetigen, lebhaften Flammenbildung ist zu achten, da sonst die Gase unausgenutzt entweichen und Rauch und Ruß verursachen. Sind die Kohlen in guten Brand geraten, so werden sie gleichmäßig auf dem Roste ausgebreitet. Zu einer sparsamen Verbrennung muß die Luft von unter her einströmen. Schlacken sollen rechtzeitig entfernt werden. Vor dem Nachlegen von Kohlen schiebe man die glühende Masse nach

rückwärts und lege die frischen Kohlen vor die Glut, nie darauf. Man vermeide häufiges Oeffnen der Tür.

*

Neues von der Gastafel. Das Neueste auf dem Gebiete des Tafelschmucks ist, daß die Mundtücher nicht in kunstvolle Formen geknifft, sondern mit einem zur übrigen Ausschmückung des Tisches passenden Seidenband mit flotter Schleife umbunden werden. In diese Schleifen werden die Tischboukets gesteckt und zwar auch den Farben der Bänder entsprechend. Ebenso ist es neu, an die Arme eines mit Blumenranken geschmückten Kronleuchters kleine japanische Lampions an seidenen Bändern zu hängen, und zwar so vielgestaltig als möglich. Diese reizenden Papierlampions finden überhaupt jetzt bei der Zimmerausschmückung mehr denn je Beachtung. Ihre schönen Formen und große Billigkeit erlauben es auch einem mit sparsamen Mitteln wirtschaftenden Hauswesen, das Zimmer mit ihnen zu zieren. Zur Unterhaltung bei Tisch tragen die schönen Salonbälle und Papierschlangen bei, besonders bei kleinen Tanzgesellschaften u. dergl.

*

Aepfel für den Winter konservieren sich sehr gut, wenn man sie wie Kartoffeln einmietet, d. h. man legt dieselben im Keller auf Stroh, bedeckt sie damit, schüttet darüber eine Schicht Sand oder lose Erde und nimmt beim jedesmaligen Gebrauch die Aepfel vorsichtig heraus und bedeckt die übrigen wieder mit Stroh und Erde.

*

Knarrende Stiefel. Man tränkt die Sohlen von der äußeren Seite mit gekochtem Leinöl, oder noch besser mit Sohlin, läßt nach jedem Anstrich einziehen und wiederholt diesen Anstrich so oft, bis nichts mehr einziehen kann, läßt das Schuhzeug dann 8—10 Tage zum Trocknen stehen, so ist dem Knarren abgeholfen und zugleich der Nutzen damit erlangt, daß die Sohlen eine doppelte Dauerhaftigkeit besitzen.

*

Irdenes Kochgeschirr dauerhaft und feuerfest zu machen. Ein neuer Kochtopf, welcher auswendig mit einer dünnen Lehmmasse vermittelst eines Pinsels etliche Male bestrichen und getrocknet, endlich aber mit Leinöl der ganze Lehmüberzug benetzt wird, erhält mit Feuer gleichsam einen eisernen Harnisch und ist so weit haltbarer als ein mit Draht übersponnener. Hat ein Topf Risse oder Fugen bekommen, so mache man sich einen Teig von Ziegelmehl, Bolus oder Ton mit Leinölfirnis und verstreiche sie damit.

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