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

Band: 31 (1909)

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: 29.12.2025

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen **Nr. 10.** September 1909.

Fisch-Vergiftung.

Vergiftungen durch Nahrungsmittel sind heutzutage keine zu seltene Sache. Sie sind aber keineswegs etwas völlig Neues, man braucht ja bloß an die Vergiftungen durch Schwämme und Beeren zu denken, die heute noch auf dem Lande häufiger sein dürften als in der Stadt und dort sehr, sehr alte Bekannte sind. Gäbe es in den Städten nicht die peinlich genaue Ueberwachung des Marktes und die strengen Vorschriften für Nahrungsmittelhändler und Nahrungsmittelerzeuger, dann würde allerdings die Zahl der Vergiftungen durch den Genuß von verdorbenen Würsten, Fleisch, Konserven, ja selbst durch Milchgenuß eine bedenkliche Höhe erreichen.

Vergiftungen durch Fischfleisch sind naturgemäß dort am häufigsten, wo dieses am meisten gegessen wird, und das geschieht wieder dort, wo die Fische am billigsten sind: also vorwiegend an der Küste. Womit freilich nicht gesagt sein soll, daß Fischvergiftungen nicht auch in den Binnenländern vorkommen können. Sind sie hier auch seltener, so übertreffen sie doch in der Regel die an der Küste auftretenden Fälle an Gefährlichkeit. Dies rührt daher, daß die Fischvergiftungen hier meist ganz anderer Art sind als dort. Durch den weiten Weg, den das Fischfleisch vom Fangorte aus zurückzulegen hat, ist in der heißen Jahreszeit schon an und für sich die Möglichkeit einer Fäulnis desselben gegeben; bleibt es dann noch am Bestimmungsorte einige Zeit liegen, bevor es verkauft wird und in die Küche wandert, so ist die Gefahr noch gestiegen. Der Genuß von Nahrungsmitteln, die in Fäulnis übergegangen sind, ist nämlich — darüber bedarf es wohl nicht vieler Worte — nicht nur unappetitlich, sondern lebensgefährlich, weil durch sie das Fäulnisgift in den Organismus des Menschen gelangt. Ein sehr großer Teil der Fischvergiftungen, die in der Großstadt vorkommen, ist nun nichts anderes als eine solche Vergiftung durch verfaultes Fleisch. Berüchtigt in dieser Hinsicht sind die Fische, die aus den großen Flüssen Rußlands stammen und von dort eingesalzen versendet werden. Vor

dem Einsalzen genossen, ist das Fleisch dieser Fische vollständig ungefährlich, ein Beweis dafür, daß es nicht von allem Anfang an giftig ist. Das Gift der eingesalzenen Fische kann übrigens auf eine sehr einfache Art unschädlich gemacht werden: es bedarf hierzu nur einer Abkochung in siedendem Wasser. Die Vergiftung äußert sich schon in leichten Fällen in brennenden Halsschmerzen, Atem- und Schluckbeschwerden, ferner in einer eigentümlichen Färbung, die die Gegenstände in der Umgebung des Erkrankten anzunehmen scheinen. Es sieht genau so aus, als gehe von ihnen ein gedämpftes rot- oder gelbschimmerndes Licht aus, als seien sie alle verdoppelt worden. In schweren Fällen ändert sich das Bild. Die Atembeschwerden steigern sich zu Erstickungsfällen; dazu gesellen sich häufig schwere Krämpfe und noch manches andere. Die Lebensgefahr bei einer solchen Fischvergiftung ist eine eminente, fast die Hälfte der Erkrankten geht zugrunde.

Wohl zu unterscheiden von dieser Art der Fischvergiftung ist eine andere, auf die der allgemeine Name weit besser paßt. Bei ihr handelt es sich nämlich nicht um eine Vergiftung durch verdorbenes Fleisch, wie sie ja auch durch Würste und andere Fleischnahrung hervorgerufen werden kann, sondern um ganz spezifische Gifte, die sich in den betreffenden Fischen finden. Es besteht hier ein ähnliches Verhältnis wie bei den Schwämmen; nur sind bei diesen die giftigen Arten viel zahlreicher als bei den Fischen. Außerdem gibt es aber Fischarten, deren Fleisch für gewöhnlich giftfrei und bekömmlich ist; nur in einzelnen Fällen enthalten sie ein ziemlich gefährliches Gift. Wahrscheinlich rührt dies von einer schweren ansteckenden Krankheit ihres Organismus her, bei der unter der Mitwirkung von Bakterien das Gift entsteht. Es findet sich dann meist zum größern Teile in den Eingeweiden des Fisches, denen somit die größere Gefährlichkeit zukommt. Unter den bei uns genossenen Fischen sind es nur ganz wenige Gattungen, die durch das in ihrem Fleisch enthaltene Gift verhängnisvoll werden können. Es sind dies manche Aale, ferner Schellfische und Stockfische und vor allem die Barbe. In den Tropenländern ist die Zahl der giftigen Fische, darunter auch viele, die immer und unter allen Umständen giftig sind, eine bei weitem höhere. Auch in Japan sind sie zahlreicher als bei uns, ein Umstand, der dort umsomehr ins Gewicht fällt, weil die Fische in den niederen und mittleren Klassen der Bevölkerung den Hauptbestandteil der Nahrung bilden. Besonders giftig ist das Fleisch eines Fisches: des Igelfisches, das von Selbstmordkandidaten als Mittel zur raschen Beförderung ins Jenseits verwendet wird. Der Verkauf dieser Fische ist übrigens gesetzlich verboten.

Bei den Vergiftungen mit Fischen, die an und für sich giftig sind, sind die Krankheitserscheinungen wesentlich andere als bei denen mit

fauligem Fischfleisch. Sie bestehen in der Hauptsache in Brechdurchfällen, die bald sehr heftig, bald in gelinderer Form auftreten. Der Krankheitsverlauf ist im allgemeinen etwas stürmischer als bei den Vergiftungen, von denen oben die Rede war, dafür aber auch weniger gefährlich. Todesfälle im Gefolge solcher Vergiftungen sind nicht allzuhäufig.

Schließlich muß noch erwähnt werden, daß Fischvergiftungen manchmal auch bloß durch die Methode des Fischfanges bedingt sind. Es werden nämlich bisweilen zur Betäubung der Fische vor dem Fange — also lediglich zur Erleichterung desselben — Gifte angewandt, die nicht nur auf den Fisch, sondern auch auf den Menschen ihre Wirkung üben, namentlich dann, wenn er mit dem übrigen Fleische die Eingeweide des Fisches verzehrt.

Fischvergiftungen sind niemals harmlos; es sollte deshalb niemals, wenn ein diesbezüglicher Verdacht besteht, mit dem Herbeiholen des Arztes gesäumt werden. Bevor dieser kommt, muß der Kranke, sei es durch Brechmittel, sei es durch bloße mechanische Reizung des Schlundes, zum Erbrechen gebracht werden. Einen sicheren Schutz zur Verhütung solcher Vergiftungen gibt es natürlich nicht. Daß beim Einkauf von Fischen streng darauf gesehen werden muß, daß die Ware frisch ist, ist nach dem Gesagten wohl selbstverständlich.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Reissuppe mit Tomaten. Man nehme 1 Liter Bouillon, wenn sie kocht, schütte 250 Gramm gebrühten Reis hinein und lasse ihn darin langsam halb weich werden. Sechs große Tomaten werden mit kochendem Wasser übergossen, dann zieht man die Haut ab, schneidet sie in zwei Teile, nimmt die Samenkörner heraus, wiegt die Tomaten fein, tut sie an die Suppe und läßt alles zusammen auf schwachem Feuer fertig kochen. Kurz vor dem Anrichten gibt man eine Prise Pfeffer und ein Stück frische Butter hinzu.

*

Sellerie-Suppe. Zwei große gereinigte Sellerie werden in Scheiben geschnitten, in Butter gedämpft und mit zwei Kochlöffeln voll Mehl bestreut; dann dämpft man sie noch eine Zeit lang, füllt mit der nötigen Fleischbrühe auf und läßt sie fertig kochen, würzt gehörig und treibt sie durch ein Haarsieb, rührt drei Eigelb und etwas süßen Rahm dazu und richtet sie über in Butter gebackenen Croutons an;

eine gekochte Sellerie wird ebenfalls zu Croutons geschnitten und beigegeben.

*

Blumenkohlsuppe. Der Blumenkohl wird nicht allzuweich gekocht, die Blume alsdann in einzelne Röschen zerlegt und warm behalten. Der Strunk wird durch ein Sieb gestrichen und mit dem zur Suppe nötigen Quantum Blumenkohlwasser aufgekocht. Dann rührt man von einem Löffel Paidol oder sehr feinem Gries mit etwas Milch ein glattes Teiglein an, kocht es mit der Suppe etwa zehn Minuten lang, würzt letztere noch mit etwas Salz und Muskatnuß, richtet sie über zwei Eigelb, ein Stückchen frische Butter und einige Tropfen „Maggis Würze" an und gibt sie mit den Blumenkohlröschen zu Tisch.

*

Filetbraten oder Schlachtbraten, englischer Braten oder Spickschoß (Roastbeef). 2½ — 3 Kilo Schlachtbraten oder Schoß gut abgelagert, werden in folgender Marinade über Nacht oder einige Tage an kühlem Ort oder auf Eis aufbewahrt, die Sehnen des Bratens werden abgeschnitten, mit grünem Speck gespickt, 1 Glas Madeira oder guten Wein, Wurzelwerk, Kräuterbouquet gewürzt, das Mark einer Citrone, 2 Löffel Olivenöl oder Rinderschmalz daran, mit Butter rasch angebraten auf beiden Seiten, die Marinade dazu, in heißem Ofen ca. 50—80 Minuten gebraten, unter öfterem Uebergießen des Bratenjus, damit der Saft nicht anbrennt, der Braten wird warm gestellt, an den Saft 2 Eßlöffel feines Mehl oder 1 Löffel in Wein aufgelösten Ararout oder Maizena, etwas Liebigs Fleischextrakt und Bouillon, Citronensaft, Madeira gekocht, abgefettet, passiert, anstatt Mehl ꝛc. kann Vorratssauce genommen werden.

*

Garnierte Leberreste. Die Reste einer gebratenen oder auf beliebige andere Weise zubereiteten Kalbsleber werden nebst einem entgräteten und gewässerten, milchenen Hering (die Milch ist ein gutes Bindemittel) fein gewiegt und mit einer Prise gestoßenem Pfeffer und einem Löffel zerlassener Butter oder Felt, oder in Würfeln geschnittenem und ausgebratenem Räucherspeck gut gemischt. Man gibt die Masse in eine tiefe Schüssel und garniert sie reich mit Feldern von eingelegten Preißelbeeren, gehackten Pfeffergurken, geschabtem Meerrettich und Mixed-Pickles, die durch Ketten von nebeneinander gelegten Kapern abgeteilt werden.

*

Speck. Durchzogenen Speck in dünne Scheiben schneiden und

in etwas Fett auf dem Feuer schnell gelb braten, ein Spiegelei darüber und zu Sauerkraut servieren.

*

Ragout von kaltem Braten. Man röste in etwas Fett Mehl nach Gutdünken schön gelb; zuletzt röste man noch einen Teelöffel voll klein geschnittene Schalottenzwiebeln ein wenig mit. Lösche mit guter Fleischbrühe ab, gieße ein wenig Weißwein oder Essig zu, würze mit Citronenschalen, Pfeffer und Muskatnus und lasse es eine Viertelstunde kochen. Lege den in Vorlegstücke geschnittenen Braten hinein und lasse abermals eine Viertelstunde kochen. Mit Hinzutnn von einigen Champignons oder Kapern kann man das Ragout wesentlich verfeinern.

*

Navarin printanier. 5—6 Schafsrippli in heißer Butter dünsten, etwa 1 Stunde lang, und damit kochen, Thymian, Lorbeer, 2 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz, weiße Rüben, Zwiebeln, Pois-verts, Bohnen, feine Kräuter und Tomatensauce, dann Alles zusammen servieren.

*

Kohl auf Vegetarierart. Ein schöner, großer Kohlkopf wird gehobelt oder fein geschnitten und in Fett, in welchem eine fein geschnittene Zwiebel gedämpft wurde, gegeben. Der Kohl wird nun mit Salz bestreut und gut durchgeschüttelt, 1—1½ Glas Wasser zugegossen und zugedeckt eine halbe Stunde gedämpft, dann mit Mehl bestäubt und unter öfterem Schütteln in einer weiteren halben Stunde gar gedämpft. Beim Anrichten kräftigt man das Gemüse mit einem Güßchen Maggis Suppenwürze.

*

Gemüserolle. Von einem großen Weißkohlkopf werden die großen Blätter abgelöst, in kochendem Salzwasser abgewellt und kalt abgeschreckt. Aus halb Kalb-, halb Schweinefleisch bereitet man eine Farce, ebenso kocht man 40 Gramm Reis in Salzwasser halb gar, dünstet 6 Tomaten, streicht sie durch und mischt sie unter den Reis nebst etwas Butter und einem Eigelb. Man streicht auf die Blätter erst Fleischfarce, dann Reismasse, rollt sie gut auf und umbindet sie. Man legt die Gemüserollen in Butter, dünstet sie hellbraun, fügt dann Bouillon und Gewürz, eine gelbe Rübe und die Kohlherzchen daran und dünstet sie gar. Die Brühe wird durchgestrichen und über die Kohlrollen gegossen, die mit gerösteten Kartoffeln serviert werden.

*

Blumenkohl. Man kocht einen festen, weißen Blumenkopf im ganzen in Salzwasser gar, läßt ihn abtropfen, legt ihn auf eine feuer-

feste Schüssel oder eine Reifform und verrührt ein Viertelliter sehr fetten, süßen oder dicken, sauren Rahm mit 125 Gramm geriebenen Parmesankäse und einer Tasse Tomatenpüree, nebst etwas Currypulver, gießt dies Gemisch über den Blumenkohl und läßt ihn damit im Ofen noch etwa 20 Minuten gut durchziehen, ohne daß die Sauce ins Kochen kommt.

*

Spinatklöße. 120 Gramm Butter werden leicht gerührt, nach und nach rührt man 4 Eier dazu, ebenso einige Handvoll roh gehackten Spinat, den man gut ausgedrückt und in Butter gedämpft hat. Dann röstet man kleine Brotwürfelchen in Butter, gibt sie nebst einigen Löffeln Mehl zum Spinat, würzt mit Salz und etwas Pfeffer, formt runde Klößchen und kocht sie in Fleischbrühe oder Salzwasser. Vor dem Servieren kann man sie noch mit heißer Butter übergießen.

*

Saure Kartoffeln. Nehme ca. 500—600 Gr. frischen oder geräucherten durchzogenen Speck, zerschneide ihn in schöne Scheiben, zerschneide eine große Zwiebel in Scheibchen, gebe etwas Butter in die Pfanne, dann die Speckscheiben und Zwiebel dazu, dämpfe den Speck goldgelb und gebe dann die in Würfel geschnittenen Kartoffeln dazu, Wasser, etwas Salz, 1 Lorbeerblatt und etwas Tomaten, läßt es gut kochen, bis die Kartoffeln gar sind. Es schmeckt sehr gut und ist billig.

*

Selleriesalat. Reinige einige große Selleriekköpfe, nimm die schönsten grünen Blätter davon und lege sie ins Wasser. Dann bringt man die Sellerie eine halbe Stunde ins kochende Wasser, läßt sie darnach auf einer Serviette trocknen und schneidet sie würflig. Gib die Blättchen dazu nebst Salz und Essig, schüttle alles einigemal herum, lasse den Essig ablaufen, gib Oel und Pfeffer dazu, menge gut, und der Salat ist fertig.

*

Russischer Kaviarsalat. Man kann zu diesem Salat nur den feinsten Kaviar nehmen und muß 250 Gramm Kaviar in einer Porzellanschale mit der Reibekeule so lange rühren, bis die Masse grauweiß erscheint, was etwa nach 60—80 Minuten der Fall ist. Man streicht die Kaviarmasse durch ein Sieb, fügt allmählich zwei Löffel feinstes Salatöl, zwei fein geriebene Schalotten und den Saft zweier kleiner Citronen hinzu. Mit diesen Zutaten muß der Kaviar solange gerührt werden, bis sie sich völlig mit ihm verbunden haben. Alsdann kocht mnn 10 schöne Salatkartoffeln und 8 Eier, schält beides

und schneidet beides in feine Streifen, legt diese abwechselnd in die Salatschüssel und gibt die Kaviarmasse darüber. Der Salat muß drei Stunden ziehen und wird mit gerösteten Semmelschnittchen gereicht.

*

Eier in Sauerampfersauce. Eine Handvoll Sauerampfer hackt man, dämpft sie in Fett, staubt Mehl daran, vergießt mit Wasser oder Fleischbrühe und würzt die Sauce dann mit Salz, Zucker, Essig, etwas Pfeffer, läßt sie aufkochen und schlägt so viel frische Eier als man nehmen will, eines neben das andere in die siedende Sauce, läßt noch fünf Minuten leise sieden, dann legt man mit einem Löffel die Eier auf eine Schüssel und gießt die Sauce darüber. Mit gekochten Kartoffeln gibt dies ein gutes Abendessen.

*

Zwiebelsauce. Für 4 Personen werde ein Stückchen Kochfett von Eigröße heiß und 4 fein würflig geschnittene Zwiebeln darin gelb gemacht, ein gehäufter Eßlöffel Mehl eine Weile darin gerührt und mit Wasser zu einer glatten, hinlänglichen Sauce abgerührt. Man lasse dann nach Geschmack Salz, Essig, 1 Lorbeerblatt, etwas Pfeffer und 1 Teelöffel Liebigs Fleischextrakt durchkochen, stelle die Sauce vom Feuer, rühre sie mit einem Stückchen Butter und nach Belieben mit einem Eidotter ab, und richte sie über oder zu gekochten Kartoffeln an. Bei einem solchen Gericht wird man kein Fleisch vermissen.

*

Pflaumen-Kompott. Recht reife Pflaumen legt man in ein Sieb, übergießt sie mit kochendem Wasser, läßt es sofort wieder ablaufen, schält die Haut der Pflaumen ab, beseitigt die Kerne, bestreut sie reichlich mit gestoßenem Zucker, einer Obertasse kaltem Wasser und läßt sie zugedeckt langsam weichdünsten. Dann nimmt man sie mit dem Schaumlöffel heraus, läßt den Saft noch dicklich einkochen und gießt ihn dann über die Pflaumen. Man kann auch nach Belieben etwas ganzen Zimt und einige Nelken mitkochen lassen.

*

Pflaumentorte. Man bereitet einen guten Mürbeteig aus 325 Gramm Mehl, mit dem man 250 Gramm Butter abbröselt, d. h. zwischen den Händen ganz fein verarbeitet, fügt dann 45 Gr. Zucker dazu, sowie ein halbes Weinglas voll Wasser und 1 Löffel Rum. Dieser Teig wird in eine kleinere und eine größere Hälfte geteilt. Die größere wird ausgerollt und ungefähr 1 Centimeter stark auf ein gut geschmiertes Tortenblech gelegt, ein Rand von Teig aufgesetzt und die Torte nun mit schön reifen abgezogenen Pflaumen dicht belegt. Die Pflaumen

halbiert man, entfernt die Kerne und wälzt sie in gestoßenem Zucker. Zuletzt legt man von dem übrigen Teig ein Gitter über die Torte, streut Zucker und Zimt darüber und bäckt sie bei mäßiger Hitze dreiviertel bis eine Stunde.

*

Gebrühte Citronentorte. Es werden 10 Eigelb mit 250 Gramm feinem Zucker schaumig gerührt, dann gibt man das Abgeriebene von 4 Citronen, sowie den Saft von zwei Citronen und den Schnee von 6 Eiern dazu. Nun legt man ein mit Butterteig bestrichenes Blech aus und bäckt den leeren Boden halbfertig. Gibt dann die erst fertiggemachte Citronenmasse darauf und bäckt die Torte vollends.

*

Chokolade-Auflauf. 125 Gramm geriebene Chokolade wird mit ebensoviel geriebenen süßen Mandeln, 200 Gramm Zucker und acht Eigelb, glatt gerührt, der Schnee der Eier daran gegeben, in eine gut gestrichene und mit Semmelmehl bestreute Form gegeben und etwa eine Stunde bei langsamem Feuer gebacken.

*

Einen köstlichen Trank bei Hals- und Brustleiden, bei Influenza und Fieber, bereitet man sich auf folgende einfache Art. Man nimmt ein Glas heißes Wasser, rührt 2—3 Löffel voll Honig hinein und läßt den Saft einer halben Citrone hineinträufeln. Man wiederholt diesen gesunden Trank nach Belieben, auch noch vor dem Schlafengehen und alle Uebel schwinden in der kürzesten Frist.

*

Natürliches Heftpflaster. Bei den öfters vorkommenden Verwundungen der Haut will sich die Wunde besonders in der rauhen Jahreszeit trotz angewandter Reinlichkeit und Sorgfalt nicht schließen. Das englische Heftpflaster, das man bei derartigen kleinen Wunden anwendet, ist schon durch das lange Nachtragen in der Tasche nicht einwandfrei und oft nur geeignet, den Heilungsprozeß zu verzögern. Aus der Praxis habe ich als ein vorzügliches Heftpflaster für alle schlechtheilenden Wunden die unter der Schale roher Eier befindliche dünne, weiße Haut schätzen gelernt. Beim Lostrennen der dünnen Haut von der Schale ist Vorsicht nötig. Durch das an der Haut haftende rohe Eiweiß klebt das Pflaster fest auf die Wunde. Wunden, die lange nicht heilen wollen, waren nach kurzer Zeit tadellos verheilt.

*

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen