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

Band: 32 (1910)

Heft: 10

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: 11.08.2025

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. 3. | März 1910.

Die Zerteilung des Kalbes.

Das Kalb wird eingeteilt: Kopf, Hals, Brust, Rippenstück, Nierenstück, Stotzen (Keule), Spale (Laffe) und Füße.

Der Kopf (mit 2 Stunden Kochzeit) wird gesotten und liefert die sehr beliebten Platten, Kalbskopf mit pikanten Saucen, Kalbskopf à la vinaigrette oder Kalbskopf gebacken.

Kalbszunge hat ein sehr zartes, leicht verdauliches Fleisch und eignet sich ganz besonders gut für die Krankenküche. Kochzeit 1—½ Std.

Kalbshirn (¼ Stunde Kochzeit) liefert viele und beliebte Gerichte und findet viel Verwendung in der Krankenküche. Da es ziemlich fetthaltend ist, wird beim Kochen etwas Weißwein oder Zitronensaft verwendet, um es verdaulicher zu machen.

Kalbsmilken werden am meisten verwendet, weil sie bei andern Tieren sehr klein sind; Milke vom Kalb ist deswegen sehr gesucht und teuer. Ihr Fleisch ist zart, aber doch fester als Hirn und enthält viel Fett, wird aber gleichwohl viel für Krankenspeise verwendet, weil es das Kauen erleichtert. Kochzeit 15 bis 20 Minuten.

Hals ist dunkler in der Farbe, als die andern Fleischstücke und eignet sich gut zum Braten oder als Ragoutfleisch. Kochzeit 1½ bis 2 Stunden.

Brust ist ziemlich knorpelig, eignet sich zum Braten, z. B. für gefüllte Kalbsbrust oder Kalbsroulade, sowie auch für Ragout. Bratzeit 1½ bis 2 Stunden.

Rippenstück wird für Koteletten verwendet. Bratzeit 10 bis 15 Minuten.

Nierenstück ist ein vortreffliches Bratenstück (mit Filet und Nieren) und hat viel zartere Fleischfasern als der Stotzen. Bratzeit 1½ Stunden.

Der Stotzen (auch Keule genannt) ist der gesuchteste und wertvollste Teil des Kalbes und wird eingeteilt: 1. in das Frikandeau (auch

große Nuß genannt), ein sehr feines Bratenstück; 2. in die kleine Nuß, ist saftiger als die große Nuß und sehr passend für kleinere Familie als Bratenstück; 3. in den runden Riemen (auch Plätzlimocken oder Unterstück genannt). Eignet sich zu Wienerschnitzel (Plättlifleisch oder Plätzli), zu Gulasch oder Bratenstück.

Das Stotzenfleisch ist gewöhnlich 20 bis 30 Rappen teurer als die anderen Stücke, ist aber auch ergiebiger, denn es enthält die meisten Fleischfasern. Bratzeit für große Stücke 1½ bis 2 Stunden. Es sollte beim Braten das Fett nebst etwas Speck nicht gespart werden, weil die Fleischfasern wenig Fett und viel Wasser enthalten.

Spale oder Laffe ist auch ziemlich ergiebig, weil sie wenig Knorpeln enthält und eignet sich gut zum Braten oder für Ragout. Kochzeit 1½ Stunden.

Kalbsleber sieht blaßrot aus, ist verdaulicher als Rindsleber und bedarf kurzer Kochzeit. Sie ist sehr beliebt und oft kaum erhältlich und steht im Preise immer hoch.

Kalbsfüße und -Schenkel eignen sich gut für Schleimsuppen, besonders für Kranke, sowie auch zur Bereitung von Gallerich (Fleischsulz), weil sie viel Leimstoffe enthalten. Die weichgekochten Füße werden gebacken oder mit pikanter Sauce serviert.

Die Bedeutung des Wohlgeruchs der Speisen.

Dem Geruch wird unter den fünf Sinnen die unterste Rangstufe angewiesen, und es ist auch nicht zweifelhaft, daß er bei den Menschen weit weniger hoch entwickelt ist als bei vielen Tieren. Der Kulturmensch hat wiederum noch Rückschritte in der Geruchsfähigkeit gemacht, denn es erscheint uns fast unglaublich, daß Naturmenschen, wie es Humboldt von gewissen Indianerstämmen in Peru berichtet, der Fährte eines Wildes ebenso wie ein Jagdhund mit der Nase folgen konnten. Wir modernen Menschen, so schreibt die Zeitung der Köche, müssen uns damit begnügen, anzunehmen, daß sich unser Geruch wenigstens in anderer Hinsicht verfeinert hat, was man freilich vielleicht richtiger als verzärtelt bezeichnen könnte. Die Geruchsfähigkeit ist dabei jedoch durchaus kein so unwichtiger Faktor im Leben des Menschen, weder in seinem geistigen oder Nervenleben, noch in seinem körperlichen. Die nahe Verwandtschaft zwischen Geschmack und Geruch allein legt diesen Schluß nahe. Beide Sinne stehen sich der Art nach so nahe, daß fast eine Vermischung möglich ist. Man kann durch einen Geschmack unwiderstehlich an den Geruch von Dingen erinnert werden, die man nie gegessen hat. Der

Wohlgeruch von Speisen ist ein Etwas, das die Eßlust auf's höchste anzuregen vermag. Das gleiche ist ja sogar, und sicher zutreffend, von dem Anblick einer gut hergerichteten Speise behauptet worden. Wenn einem aber schon dabei, wie der Volksmund sagt, das Wasser im Munde zusammenläuft, so ist das infolge des Duftes der Speisen noch viel mehr der Fall, und dieser etwas unästhetisch klingende Ausdruck bedeutet etwas sehr Wichtiges, weil das Zusammenlaufen des Wassers im Munde dazu der erste Anfang ist, eine gesunde Verdauung der Speisen einzuleiten.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Gerstensuppe ohne Fleisch. (Für 5 Personen). Bereitungszeit: 3 Stunden. Zutaten: 50 Gramm frisches Suppenfett, 2 Eßlöffel Mehl, 3 Eßlöffel feingewiegte Suppenkräuter, Salz, eine Prise Pfeffer, 15 Gramm Liebig's Fleischextrakt, Blumenkohl oder Spargel, je nach der Jahreszeit, 5 Eßlöffel Milch, Muskatnuß. — Die abgebrühte Gerste gibt man mit dem Mehle, Fett, Salz, den Suppenkräutern und genügendem Wasser zum Feuer und läßt recht langsam, aber ununterbrochen kochen, damit die Gerste recht sämig wird. Dann gibt man die Milch, den Fleischextrakt daran und würzt zuletzt mit Muskatnuß. Blumenkohl oder Spargel kommt erst nach der zweiten Hälfte der Kochzeit daran.

*

Einlage für kräftige Bouillonsuppe. 2 Eier, einen Teelöffel Mehl, 1/2 Tasse Fleischbrühe, etwas Salz und 3 Löffel geriebenen Parmesankäse quirlt man gut zusammen, füllt es in eine Porzellanbüchse, stellt diese in kochendes Wasser und läßt sie im Wasserbad so lange kochen, bis die Masse erhärtet ist. Dann sticht man die Masse löffelweise in eine Terrine und füllt die heiße Fleischbrühe hinzu.

*

Gemischter Braten. (Für 5 Personen). Bereitungszeit 2 Std. Zutaten: 1/2 Kilo Kalbfleisch (Keulenstück), 1/4 Kilo Schweinefleisch (Nacken) 1/4 Kilo Ochsenlende, 5 Gr. Liebig's Fleischextrakt, 100 Gr. Butter, 1/2 Theelöffel Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 Eßlöffel Mehl, 5 Eßlöffel Rahm. — Man klopfe das Fleisch tüchtig, bestreue jedes flache Stück mit Pfeffer, Salz und etlichen Butterflocken, lege Kalbfleisch, dann Schweinefleisch, dann Lende obenauf, rolle zusammen, binde mit einem Faden, wende im Mehle und gebräunten Butter. Man gieße etwas kochendes Wasser an, gebe Fleischextrakt, zuletzt Rahm hinzu und lasse weich schmoren; beim Anrichten löse man den Faden.

Kalbfleischvögel. Man schneidet fingerdicke Kalbfleischstücke, klopft, salzt und pfeffert sie. Dann macht man eine Brotsauce (oder Schweinefleischsauce), legt auf jedes Stück einen Löffel voll, rollt sie auf und umwickelt sie mit Bindfaden. Dann bratet man sie zugedeckt in der flachen Pfanne schön gelb, streut etwas Mehl darüber, eine zerschnittene oder gewiegte Zwiebel, löscht mit Weißwein ab und läßt sie auf mäßigem Feuer, besser noch auf der heißen Herdplatte zirka 1 Stunde lang kochen. Sobald der Wein in das Fleisch gezogen, gießt man Fleischbrühe oder Wasser hinzu. Beim Anrichten muß die Sauce dicklicht sein. Die Vögel werden hie und da umgewendet oder mit der Sauce begossen. Vor dem Anrichten wird der Bindfaden entfernt, die Vögel auf eine ovale Platte angerichtet und die Sauce darüber passiert. Auf ein Kilo Fleisch rechnet man Brotsauce von einem Brötchen und 2 Eiern.

*

Gefüllte Kalbsbrust. Man bereitet eine Brotsauce auf 1 Kilo Brust von 1 Brötchen und 2 Eiern. Dann klopft man das Fleisch, schneidet eine Seite der Haut auf, fährt mit einem Messer sorgfältig hinein und löst dieselbe über dem ganzen Stück bis an den Rand hin los, ohne daß es eine Oeffnung gibt. Dann füllt man die Sauce hinein, näht die Haut zu und bratet die Brust unter oftmaligem Begießen in der Kassarolle oder noch besser im Bratofen schön weich. 2 1/2 Kochzeit. Fleischbrühe oder Sauce und Bratengarnitur dazu.

*

Gesottenes Rindfleisch mit einer Kruste. Man nimmt hierzu vom Hochrücken, Rippenstück oder Brustkern. Bevor das Fleisch ganz weich ist, wird es aus der Brühe genommen, auf ein Backblech gelegt, mit verklopftem Ei überstrichen und mit einer Mischung von Brosamen, Salz, Pfeffer und geriebenem Parmesankäse überstreut, in einen heißen Brat- oder Backofen gestellt, bis die Kruste gelb ist, worauf man das Anstreichen und Ueberstreuen wiederholt, wieder gelb werden läßt und bevor man es zu Tische gibt, mit zerlassener Butter überstreicht.

*

Gespickte Kalbsherzen. Die Herzen (für 3 Personen rechnet man etwa 2 Stück) werden in kochendes Salzwasser getan, 2/4 Stunde darin gekocht, geviertelt und gespickt. Nun dünstet man sie ein wenig in Butter, fügt nach und nach das Kochwasser wieder hinzu und läßt die Herzen mit etwas Wurzelwerk 3 Stunden darin schmoren. Zuletzt wird eine Mehlschwitze mit der Brühe verrührt und ein wenig Wein und Essig, auch Essigpilze, wenn man sie hat, darau gelan.

*

Netzwurst. Hiezu kann man ein Kalbs- oder Schweinenetz verwenden. Beide müssen in warmem Wasser mehrfach gewaschen und endlich über dem Seihbecken ausgespannt werden. Allfällige Risse werden mit Nadel und Zwirn zusammengenäht; auf größere legt man ein Stück vom Außenrand des Netzes. 500 Gramm Ochsenfleisch, 500 Gramm Kalbfleisch, 500 Gramm Schweinefleisch werden einmal durch die Hackmaschine getrieben. Das zweite Mal kommen gedrückte Semmeln dazu. Außerdem hackt man eine große Zwiebel, zirka 125 Gramm geräucherten, dürren Speck, ein paar Blätter Petersilie, 1 Stengel Sellerie recht fein und dämpft es einige Minuten in etwas Butter weich. Dann fügt man es, nebst 3 Eiern und Pfeffer, einer guten Hand voll Salz, etwas Muskatnuß und etwas geriebenen Käse dem Fleische bei, mischt die Masse recht gut durcheinander und dressiert sie aufs Netz, welches man auf einem langen Holzbrett ausgebreitet hat. Nun näßt man die Hände mit kaltem Wasser und gibt ihm eine gefällige, gleichmäßige, längliche Form. Dann schlägt man das Netz übereinander, näht die Enden fest zu und umwickelt die Netzwurst mit einer Schnur, so daß das Fleisch nirgends heraus kann. In die Bratpfanne legt man etwas Butter, Speckscheiben, Zwiebelscheiben, und nachdem der Braten darauf liegt, schüttet man Fleischbrühe daran oder Sauce aus Liebig's Fleischextrakt mit Wasser. In einem heißen Ofen genügt 1 Stunde Kochzeit. Man muß oft begießen, damit die Oberfläche schön braun wird. Zuletzt passiert und entfettet man die Sauce, schneidet den Braten in dünne Scheiben, die man schuppenförmig auf eine lange Platte dressiert, mit Petersilie verziert und mit etwas Sauce begießt. Rest zu kaltem Aufschnitt verwenden.

*

Pikante Sauce. Zu kaltem Aufschnitt, Suppenfleisch und Pellkartoffeln. Bereitungszeit 1 Stunde. Für 5 Personen. Zutaten: 2 hartgekochte zerriebene Eidotter, 3 Sardellen, 10 Gramm Butter, 5 Gr. Liebig's Fleischextrakt, 1/2 Eßlöffel Kapern, 2 Eßlöffel braunes Buttermehl, 1 geschabte gelbe Rübe, 1 Pfeffergurke, 2 Schalotten, Zitronensaft und Salz. — In einem Topfe läßt man die Schalotten, Rübe, Gurke schmoren, gibt das nötige Wasser, das Buttermehl hinzu und dünstet dies weich. Alsdann treibt man es durch ein Siebchen, gibt das Fleischextrakt, Zitronensaft, die feingehackten Sardellen, Pfeffer und die Dotter dazu, schmeckt, ob das Salz genügt, und überstreut die angerichtete Sauce mit Kapern.

*

Sauce mit Bearnaise. 6—8 Schalotten werden mit 1/2—3/4 Glas gutem Estragonessig gekocht, bis der Essig fast ganz eingedampft ist, zum Verkühlen gestellt, 100—125 Gramm Butter und 4 Eigelb

hinzugefügt, glatt gerührt, 1 Tasse kalte Fleischbrühe, der Saft einer Zitrone, wenn vorrätig etwas Bratensauce, 1 Prise Salz beigegeben und die Sauce im Wasserbad vors Kochen gebracht, d. h. so lange gerührt, bis sie anfängt, dicklich zu werden. Dann wird sie mit dem Wasserbad vom Feuer genommen, mit einigen Estragonblättchen und wenigen Tropfen Maggi-Würze gekräftigt und sofort serviert.

*

Lachs als Teppichbeet. Man siedet eine etwa handhohe Scheibe Lachs wie gewöhnlich gar, hebt sie vorsichtig auf eine Schüssel und überzieht die Schnittfläche mit einer schönen, steifen Mayonnaise. Darauf arrangiert man von der Mitte aus ein hübsches Muster, indem man als Mittelpunkt eine ausgestochene Auster benutzt, rundum einen Kranz Kaviar legt. Nun teilt man den übrigen Raum durch Streifen von ausgelösten Krabben- oder Krebsschwänzchen in sechs Felder und füllt sie mit hübschen Stern- oder Achteckmustern aus sauren Kirschen, Kapern, Kaviarhäufchen, Oliven, Sardellenfilets, Radies, Sternchen aus roten Rüben, Kornichons, Maiskolben ꝛc. ꝛc. zierlich aus. Das Ganze umringt ein Kranz von Brunnenkresse, gehacktem Ei und Kaviar. Diese kalte, auf Eis bewahrte Schüssel ist eines der schönsten Fischgerichte für ein Büfett oder zu einem feinen Frühstück.

*

Forellen auf fürstliche Art. Schöne Bachforellen werden gut gebläut und gar gemacht. Eine mit Oel ausgestrichene Kuppelform füllt man drei Finger breit mit sehr klarem Rheinweinstand. Legt eine Forelle krumm darauf, übergießt sie mit Stand, arrangiert eine steife Mayonnaise darauf, belegt sie mit ausgestochenen Austern und Krebsschwänzen, füllt Stand nach, wieder eine Forelle u. s. f., bis die Form gefüllt ist. In Eis starr und steif werden lassen, stürzen, die übrige Mayonnaise rundum gelegt, die übrigen Forellen zwischen Austern und Kaviar nebst Krebsschwänzen schön aufgarniert und kalt als Vorspeise bei einem größeren Essen serviert.

*

Hechtstrudel, auch von blaugesottenem Rest des Fisches zu bereiten. Ein ungesüßter Eierkuchen wird gebacken und das Ragout von dem gut enthäuteten und entgräteten Fisch hineingerollt, der Eierkuchen zusammengerollt, in Ei und Paniermehl gewendet und in kochender Butter gebacken. Das Ragout macht man folgendermaßen: Eine bräunliche, fette Mehlschwitze, mit Brühe von flüssigem Fleischextrakt aufgefüllt, wird mit allerlei feinen Zutaten vermischt, wie von Stein geschälten Oliven, Krebsschwänzen, Blumenkohlröschen, Stein-

pilzen, Kapern, Seemuscheln usw., alles klein geschnitten, mit Weißwein und Zitronensaft, Pfeffer und Salz abgeschmeckt. Es darf nicht abfließen, muß aber gut mit der Sauce verbunden sein.

*

Karpfenmilch mit feinen Kräutern. Die Karpfenmilchen werden in einem Sud von 1/2 Rheinwein, 1/2 Wasser, Gewürz, Nelken, Pfeffer, 1 Paprikaschote, viel Salz, Dill und Salbei gar gesotten, herausgehoben, in hübsche Stücke geschnitten und auf einer Schüssel zierlich arrangiert. In die Mitte dieser Schüssel gibt man folgende Sauce: Von 125 Gr. Butter und entsprechend viel Mehl macht man eine helle Schwitze und füllt sie mit dem durchgeseihten Sud der Karpfenmilche auf, läßt kochen, gibt eine Dose kleine Champignons, die man zerschnitten hat, eine Hand voll feine Kräuter: Estragon, Dill, Körbelkraut, Selleriebläter, Petersilie 2c. dazu, zieht die Sauce mit einigen Eidottern ab und richtet sie mit den Karpfenmilchen an. Auch in Muscheln zu geben.

*

Käskuchen. Für 6 Personen: ein größeres Kuchenblech von 35—40 Zentimeter Durchmesser, 400 Gramm geriebener Kuchenteig, 1 Löffel (30 Gr. Mehl), 2 Tassen Milch oder Rahm, 150—180 Gr. geriebener Käse, 3—4 Eier, etwas Salz. Man rühre das Mehl mit ganz wenig Milch zart und dicklich an, rühre Eier, Käse und etwas Salz darunter und gieße zuletzt die Milch dazu. Nun belege das Kuchenblech mit dem messerrückendick ausgewallten Teig, schütte die Käsfülle darauf, backe den Kuchen bei guter Hitze in 25 bis 30 Minuten und serviere ihn gleich.

*

Käsgericht. Für 6 Personen: 150 bis 200 Gramm Käse, 5 bis 6 Eier, eigroß Butter, etwas Salz und Pfeffer. Man schneide den Käs in dünne Scheiben, und brate diese in der heißen Butter auf beiden Seiten leicht an, gieße die verklopften Eier darüber, bestreue leicht mit Salz und Pfeffer, brate bis die Eier anfangen dicklich zu werden und serviere sofort.

*

Kastanienköpflein. Für 6 bis 8 Personen: 500 Gramm grüne Kastanien, 125 Gramm feiner Zucker, 3/4 Liter Milch, 1 Vanillestengel, einige Körnchen Salz, 15 Gramm Gelatine, 1/2 Liter Rahm. Die geschälten Kastanien werden mit heißem Wasser übergossen, zugedeckt, einige Minuten stehen gelassen, damit sich die Haut abziehen läßt, dann mit der Hälfte der Milch und einer Tasse Wasser, Vanille, etwas Salz und 2 Löffel Zucker auf's Feuer gesetzt, gut weich gekocht, auf ein Sieb gegossen und fein verstoßen. Die abgespülte Gelatine

wird in 1/2 Tasse warmes Wasser gelegt und, wenn sie aufgelöst ist, mit den Kastanien und dem Rest Zucker und der Kastanienbrühe, worin man die Kastanien gekocht, und der übrigen Milch kalt gerührt. Nun wird die Hälfte Rahm zu Schnee geschlagen und darunter gemengt, die Masse in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Form gefüllt, mehrere Stunden, am besten über Nacht, in den Keller gestellt, kurz vor dem Auftragen schnell in heißes Wasser getaucht, gestürzt und mit der Hälfte Rahm, den man zu Schnee schlägt, oder einer Vanillesauce serviert.

*

Quittenpudding. 500 Gramm Quittenbrei oder -Marmelade vermischt man mit folgender Masse: 8 Eidotter mit 125 Gr. Zucker geklopft, 1 Liter Milch, 125 Gramm Butter und 250 Gramm mit kalter Milch glatt verrührtes Reismehl wird gut vermischt, ein wenig Zitronenschale zugefügt, der Schnee von den 8 Eiweiß darunter gezogen und 1 1/2 Stunde in geschlossener, gut ausgestrichener Form gekocht und eine Weinschaumsauce dazu gegeben.

*

Griespudding. 4 Deziliter Milch und 20 Gramm Butter werden in einer passenden Kasserolle aufgekocht, dann rührt man sofort 80 Gramm Gries darunter und lasse es unter beständigem Rühren einige Minuten kochen, bis die Griesmasse dick ist und sich von der Kasserolle ablöst; richte die Masse in ein passendes Becken an, rühre etwa 45 Gr. gestoßenen Zucker, das abgeriebene Gelbe einer Zitrone, und nachdem der Gries etwas abgekühlt ist, ein ganzes Ei und zwei Eigelb darunter. Man kann auch eine Hand voll gereinigte Rosinen und Weinbeeren, sowie etwas Orangeat und Zitronat dazugeben, schlägt dann die zwei Eiweiß zu Schnee und gibt ihn zu der Masse. Man streicht eine Puddingform mit Butter aus, bestreut sie mit Paniermehl, füllt die Masse hinein und bäckt den Pudding 40—50 Minuten, wenn möglich im heißen Ofen. Zum Anrichten wird die Form auf eine Platte gestürzt und sorgfältig abgezogen und sofort serviert. Man kann eine Weißweinsauce oder Fruchtsauce apart dazu servieren.

*

Beim Aufwischen des Fußbodens im Krankenzimmer schütte man in einen Eimer Wasser 10 bis 12 Löffel Lysol, rühre dies gut um und wische den Fußboden damit auf. Dieselbe Lösung kann man auch für Nachtgeschirre benutzen. Wärterinnen, welche mit an ansteckenden Krankheiten leidenden Kranken zu tun haben, sollen, wenn sie das Zimmer verlassen, sich die Hände stets mit einer Bürste bei Benutzung einer Lysollösung und Seife gründlich reinigen.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen