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

Band: 33 (1911)

Heft: 23

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.

Ericheint am erften Sonntag jeden Monats.

St. Gallen.

Mr. 6.

Juni 1911.

Behandlung der Nähmaschinen.

Beim Instandhalten der Maschinen spielen Del und Petroleum eine wichtige Rolle. Wie manche Maschine ist schon nach wenigen Jahren derart ausgeschliffen, daß eine Reparatur notwendig wird, oder daß fogar eine neue angeschafft werden muß, und dieses nur aus dem Grunde, weil zu wenig Sorgfalt auf das Instandhalten der Maschine gelegt "Wer gut schmiert, der gut fährt" — dieses alte Mahnwort möchten diejenigen nicht bergessen, welche mit Nähmaschinen zu arbeiten Wöchentlich zweimal mindestens wende man ein Viertelstünd= chen an, um zuerst, nachdem das Schiffchen herausgenommen ist, etwas Petroleum mittelst eines Delkännchens in die Dellöcher und an die der Reibung unterworfenen Teile zu bringen, und zwar nicht nur beim Maschinenteil, sondern auch beim Gestell. Alsdann lasse man die Ma= schine vor= und ruckwärts arbeiten, damit das alte Del, welches ver= dickt und verharzt worden ist, herausgeschleudert wird; denn das Be= troleum hat die Eigenschaft, solch altes Del aufzulösen. Danach wische man das übriggebliebene Petroleum hinweg und gebe tropfenweise reines Del nach. Wenn die reibenden Teile nicht von Zeit zu Zeit etwas Del erhalten, erhöht sich die Reibung zu sehr, und es entsteht das zu frühe Ausschleifen. Allgemein beliebt und der Billigkeit halber vorgezogen wird vielfach das Del zusammen mit 2/3 Petroleum in einer Flasche zum Delen berwendet, oft sogar auch bloß Betroleum allein. Dieser Gebrauch ist unpraktisch und gänzlich verkehrt. Betroleum hat keinen ölenden Fettgehalt, im Gegenteil es löst das wenige zugesetzte Del bereits in der Flasche auf. Damit geht die Maschine wohl recht leicht, aber — nach ein bis fünf Jahren ist man gezwungen, eine neue zu kaufen. Nur das Del kann die Reibung vermindern, hierin liegt allein eine Sicherheit für längere Dauerhaftigkeit. Also man wende zuerst Betroleum an, dann reines Del, niemals beides vermischt! Am besten verwende man Knochenöl aus der Apotheke oder Drogerie oder bestes Maschinenöl aus den am Orte befindlichen Nähmaschinenhand= handlungen.

Der Wert der Suckers im Kompott.

Mit Rücksicht auf die Einmachezeit kann man es den Hausfrauen, die den Anspruch darauf machen, sparsam und rationell zu wirtschaften und denen das Wohl der Ihrigen wirklich am Herzen liegt, nicht oft und eindringlich genug ans Herz legen, zum Einkochen ihrer Früchte nichts anderes zu verwenden als reinen natürlichen Zucker. Vor allen Dingen aber sollten alle Hausfrauen die jeden Nährwert entbehrens den künstlichen Süßstoffe, wie sie auch heißen mögen, aus der Küche zu verbannen suchen.

Wer seine Früchte mit reinem, natürlichem Zucker einkocht, erhält nicht nur das doppelte Quantum des ursprünglichen Gewichtes der Früchte an wohlschmeckendem, den gesunden sowohl als den kranken Wenschen erfrischenden und stärkenden Kompott, sondern dasselbe besitzt außerdem infolge des großen Gehaltes an Zucker und Trauben-

zucker einen sehr hohen Nährwert.

Mit künstlichen Süßstoffen dagegen eingekochte Früchte ergeben nicht nur ein um die Hälfte geringeres Duantum gegenüber den mit Zucker eingekochten Früchten, sondern dieses Gemisch ist weder im Nährwert noch im Wohlgeschwack mit dem Zuckerkompott zu vergleichen.

Bur Geschichte unseres Etzeuges.

Wie prunkend und stolz es heutzutage auch auf den Tischen der Vornehmen liegen mag, wie allgemein es geworden ist, daß es in civilisierten Ländern selbst der Aermste nicht entbehren mag — densnoch kann unser Eßzeug auf keine lange Ahnenreihe zurückblicken. Der Lössel zwar ist uralt, aber von Gabel und Messer als Tischgerät sinden wir weder im Altertum, noch im Mittelalter auch nur die Spur. Soweit sich dies feststellen läßt, scheint Italien das Land gewesen zu sein, wo es zuerst, natürlich nur auf den Tischen der Höchststehenden, in Gebrauch kam. Gewiß ist, daß Messer und Gabel als Eßzeug in Deutschland zur Zeit des Hans Sachs noch unbekannt waren, denn in seiner Schrift "Der ganze Hausrat 2c." wird wohl alles erwähnt, was zum Hauhalt nötig ist, aber Messer und Gabel würde man da vergeblich suchen. Ein Vierteljahrhundert später etwa (1581) scheinen sie schon bekannter gewesen zu sein, denn in Kumbolts Kochbuch, das zu jener Zeit erschien, werden als Bestandteile der fürstlichen Taseln

"Pironen oder Gäbelein" angeführt. In Frankreich war das Eßzeug merkwürdigerweise damals noch nicht bekannt; ein Schriftsteller jener Tage, der seine Reise durch Italien schilderte, machte sich sogar über dessen Gebrauch bei den Italienern lustig und meinte, dies geschähe nur aus übermäßiger Bequemlichkeit. Nach England wurde es erst im Jahre 1806 von Thomas Chorhale gebracht, der es während seiner. Reise in Italien kennen gelernt hatte. In Italien selbst, wo, wie der reits bemerkt wurde, Messer und Gabel am frühesten dei Tisch im Gebrauch waren, scheinen sie in der zweiten Hälste des 15. Jahrhunsderts, wenigstens an Fürstentaseln, bereits allgemein geworden zu sein, denn Galerlus Martius, einer jener Gelehrten, die der prachtliebende Ungarkönig Mathias Corvinus an seinen Hof zog, wunderte sich nicht wenig, daß hier die Anwendung von Messer und Gabel bei Tisch noch ganz unbekannt wäre.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Khabarber auf amerikanische Art.

Man schält die Stengel nicht, wäscht sie nur gut und schneidet sie in 1 cm große Stücke und bringt diese mit ganz wenig Wasser und dem nötigen Zucker in seuerfester Platte, zugedeckt in den Osen, wo sie bei langsamem Kochen bald fertig sind. Die Stücke zerfahren nicht, bekommen eine schöne Farbe und behalten den angenehmen Geschmack besser.

Rhabarberstengel werden mit 250 Gr. Zucker und einem halben Glas Weißwein gekocht, verrührt und mit einem halben Löffel Kartoffelmehl, das mit wenig Wasser versrührt und damit aufgekocht, sämig gemacht. Nun schlägt man 2 Eisweiß zu festem Schnee, fügt 2 Löffel feingestoßenen Zucker bei und vermischt den erkalteten Rhabarber mit dieser Wasse. Alles wird noch eine Stunde langsam gerührt; je länger man rührt, je feiner und außegiebiger wird die Ereme.

Kleine Khabarberküchli. Die geschälten Stengelschneidet man 2—4 cm lang, tunkt sie in den Teig, den man für Aepfelküchli macht (nach Belieben nimmt man zu demselben etwas Wein und Zucker; sie werden dann mürber) und backt sie langsam gelb in schwimmendem Fett. Nachher werden die Küchlein mit Zucker bestreut.

Großer Rhabarberkuchen. Das Kuchenblech wird mit etwas Tett bestrichen und dann belegt man es gut mit ausgewalltem Teig,

entweder Butter-, Mürbeteig oder Hefenteig. Darauf legt man kleine geschälte Rhabarberstengel-Stücke, bestreut diese mit viel Zucker und schüttet darüber: 1 Löffel Mehl mit Rahm und 3-4 Eiern gut ver- klopft; langsam in mäßig geheiztem Ofen backen.

Rhabarber sterilisieren. Die Stengel werden geschält, klein geschnitten und ohne Wasser aufs Feuer gestellt; auf 500 Gramm Blattstiele nimmt man 250 Gr. Zucker. Langsam zum Kochen gebracht, einigemale aufgewallt, abgkühlt und dann in Gläser gesüllt. Bei 100 Grad noch 30 Minuten kochen lassen.

Rhabarbermus. Die Stengel werden gewaschen, geschält (bei ganz zarten Stengeln ist dies nicht einmal nötig), in 3 cm lange Stücke geschnitten und einige Minuten in so viel kochendes Wasser gelegt, daß letzteres darüber steht. Dann läßt man das Gemüse auf einem Sieb abtropfen. Auf 1 Kilo Rhabarberstengel werden 200—250 Gr. Zucker zugesett. Dann kocht man sie noch einige Minuten auf schwachem Feuer. Das Abkochen im Wasser entzieht dem Rhabarber die Säure ein wenig. Der Saft kann mit Zugabe von Zucker zu Gelee eingeskocht werden.

Rhabarberküchli. In nicht zu dünnen Omelettenteig gibt man rohe Rhabarberwürfeli. Der Teig wird löffelweise schwimmend in heißem Fett langsam gebacken und gezuckert.

Rhabarberschnitten. Weißbrodschnitten werden beidseitig ges bäht oder gebacken. Dann wird das schon angegebene Rhabarbermus darauf gestrichen.

Rhabarberkuchen. Brotteig oder Auchenteig wird ausgewellt, gedörrtes, griebenes Brot darauf gestreut und dann werden die rohen Rhabarberwürfeli zugegeben. Zulet kommt eine Mischung von Mehl und Kahm oder Misch und Sier darüber, dann wird der Auchen bei guter Hibe gebacken.

Feine Rhabarber torte. Ein Springblech wird mit Buttersoder Süßteig belegt. 3—4 Eigelb mischt man mit 3 Löffeln gestoßenem Zucker und ebensoviel Mandeln gut durcheinander und streicht es auf den Teig. Darauf legt man reichlich feingeschnittene Rhabarberstengel mit etwas Zucker. Nun bäckt man den Kuchen, bis der Teig gelb und der Rhabarber weich ist, schlägt von dem Eiweiß einen steifen Schnee, mischt gestoßenen Zucker darunter, streicht ihn auf die Torte und schiebt sie noch ein paar Minuten in den Ofen.

Klare Reissuppe. 75—80 Gramm Reis, 2 Liter Fleischbrühe. Der erlesene, gewaschene Reis wird mit ½ Liter Wasser langsam zum Kochen gebracht. Wenn der Reis trocken ist, d. h. wenn alles Wasser aufgesaugt ist, so wird die heiße Fleischbrühe zugesetzt und die Suppe so large gekocht, bis der Reis gut weich ist. Die Suppe wird über seingeschnittene Petersilie und nach Belieben über verklopstes Eigelb angerichtet. Für Liebhaber wird geriebener Käse dazu serviert.

Falsche Schildkrötensuppe. Ein Stück Kalbskopf, oder wenn nur für wenige Personen zubereitet werden muß, 2 gebrühte Kalbsstüße werden mit kaltem Wasser und Salz zugesetzt, 1 Stunde gekocht; dann läßt man sie in einem Siebe abtropfen, löst das Fleisch von den Knochen und schneidet es in kleine Würfel. Nun röstet man in heißem Fett 3-4 Eßlöffel Wehl und etwas seingeschnittenen Schinken schön brann, löscht mit 1 Liter guter Fleischbrühe und der Kalbskopsbrühe gut ab, gibt Sellerie, Lauch, Gelbrübe und Petersilie zu, kocht dies $1-1^1/2$ Stunden, entsettet wenn nötig die Suppe gut, und würzt mit spanischem Pfesser, Madeira, Suppenwürze und richtet sie durch ein Sieb auf die in der Suppenschüssel angerichteten Kalbskopstsücken an. Wan kann die Suppe mit in Brot gerösteten Brotschnittchen servieren. Champignons oder sonstige Schwämmchen der Suppe beigegeben, schweckt sehr gut. — Obiges Quantum reicht für 6 Fersonen.

Schweinekoteletten mit pikanter Sauce. Die Koteletten werden vom Fett befreit, mit Pfeffer und Salz bestreut und in Mehl gewälzt, dann läßt man Butter in einer Pfanne heiß werden, legt die Koteletten hinein und bräunt sie von beiden Seiten. Hierauf gießt man soviel Bouillon daran, daß sie fast bedeckt sind, gibt ein paar Tropfen Essig oder Zitronensaft hinzu und kocht es auf langsamem Feuer eine Viertelstunde. Die Koteletten legt man nun auf eine erwärmte Schüssel, vermischt die Sauce mit etwas Fleischertrakt und einigen Löffeln seins gewiegten Pfessergurken und gießt sie über das Fleisch.

Polnisches Schinkengericht. Für 6 Personen. Man schneidet 750 Gramm rohen, nicht zu setten Schinken in reichlich messerückendicke Scheiben. Diese legt man ca. 6 bis 8 Stunden, je nachdem der Schinken sehr mild oder sehr salzig ist, in eine Schüssel mit roher abgerahmster Milch, so daß die Milch ganz über dem Fleisch steht. Dann nimmt man die Scheiben heraus, läßt die Milch gut ablausen und bestreut sie mit seingestoßenem weißem Pfesser. Nun setzt man in einer Kasserolle 250 Gr. Butter zum Feuer, läßt diese leicht bräunen und gibt eine

mittelgroße feingeschnittene Zwiebel dazu. Alsdann werden die Schinstenscheiben schnell ein paarmal in der Butter gewendet; sie dürfen nicht zu lange Braten, da sonst das Fleisch leicht fest und trocken wird. Die fertigen Scheiben legt man in eine bereitstehende Schüssel. Sind alle gebraten, gibt man in die Butter ½ Liter guten süßen Rahm und etwas Fleischertrakt, läßt dies noch einige Minuten aufkochen und macht dann die Sauce mit etwas in Wasser angequirlten Mondamin oder Karstoffelmehl sämig. Dann legt man die Scheiben noch einige Minuten in die Sauce zurück und läßt sie an der Seite des Feuers ziehen, nicht kochen. Man reicht dieses Gericht mit Salzkartoffeln.

Saure Mocken. Zeit 2 Stunden. 1 Kilo Rindfleisch (Eckstück, Hüft und Schwanzfeder), 50 Gramm Fett, 2 Rochlöffel Mehl, 1 Löffel Bucker, 2 Deziliter Wein, 3 Deziliter Fleischbrühe, 1-2 Löffel faurer Rahm, Zwiebel, Relten, Lorbeerblatt, Wachholderbeeren, Pfefferkörner, 1 Gelbrübe. — Das Fleisch wird von sämtlichen Knochen befreit, tüch= tig geklopft, in eine tiefe Schüffel 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 täg= lich 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 dsa Bericht.

Banillesauce. Für 6 Personen: ½ Lit. Milch, 100 Gr. Zucker, 1 Banillestengel, ½ Kaffeelöffel Maizena, 2 Sier (nach Belieben 1 nußsgroßes Stück frische Butter), einige Körnchen Salz. Zucker, Milch, Banille und Salz werden zusammen auß Feuer gesetzt und nachdem das mit wenig Basser aufgelöste Maizena zugefügt ist, unter öfterem Kühren aufgekocht. Unterdessen werden die Sier mit 2—3 Löffel Milch gut verklopft. Die siedende Milch (der man nach Bunsch die Butter zusügt) wird unter die Sier gerührt, sodann in eine Sauciere angerichtet und warm oder kalt serviert. Der Banillestengel wird absgespült, zum Trocknen gelegt und zu weiterem Gebrauche ausbewahrt. Die Sauce wird kräftiger, wenn der Zucker etwas verstoßen, dann gelb geröstet und mit der Milch aufgekocht wird.

Mayonaisen=Sauce. 4 Eidotter und 1 Eiweiß werden mit einem knappen Theelöffel Salz so lange gerieben, dis sich die Masse verdickt. Dann gießt man während des Kührens ungefähr ½ Liter feinstes Provencer= oder Olivenöl nur tropfenweise in die Masse, sprengt hierauf abwechselnd Kräuteressig und Del hinein, fährt damit unter beständigem Kühren fort, dis die Sauce richtig sauer ist, und gibt etwas weißen Pfesser und Praprika hinzu. Nun bereitet man von 50 Gr. Butter und 3 Eßlössel Mehl eine weiße Mehlschwitze und verrührt sie recht langsam und gründlich mit Hühnerbrühe, damit das Mehl ordentslich aufgeht und die Masse dickslüssig wird. Nach dem Erkalten gibt man die Delsauce darunter und schmeckt sie ab. Auf Eis wird die Sauce rascher steis. Gießt man das Del zu eilig auf die Sier, so zerssetz sich die Sauce. Für 8—10 Personen ausreichend.

Tomaten sauce Man nehme sechs große, reise Tomaten, schneide sie in Stücke, befreie sie vom Kernhaus und lasse sie mit 50 Gr. Butter, in Stücken geschnittener Zwiebel, Gewürz und etwas rohem Schinken langsam gar werden. Dann streiche man sie durch ein Sieb, rühre 2 Eßlössel Mehl dazu und gieße nach und nach ½ Liter Fleischbrühe daran, um sie noch ½ Stunde an der Seite des Herdes ziehen zu lassen. Darauf verschärft man die Sauce mit etwas Zitronensaft und Pfesser und zieht sie mit 1-2 Sidottern ab. Zu gekochtem Rind= und Hammelsleisch sehr gut.

Grüne Kartoffeln. Ein Kilo kleine, nicht mehlige Kartoffeln werden gewaschen, geschält, in nicht zu dünne Scheiben geschnitten und in siedendem Wasser halbweich gebrüht. In etwas frischer Butter wird ein aufgehäufter Eßlöffel voll verwiegtes Grünes (Spinatblätter, Pestersilie und Zwiedelröhrli) samt 1-2 Kochlöffel Mehl gedünstet, mit Fleischbrühe oder Kartoffeldrühwasser zu einer glatten Sauce aufgestocht, etwas Salz, eine halbe Tasse Milch oder ein halbes Glas Weißewein den Kartoffeln zuletzt zugefügt, diese noch gar gekocht und beim Anrichten mit einem Güßchen Maggis Würze abgeschmeckt.

Spinat. Frischer Spinat wird erlesen, gut gewaschen, in viel starkkochendes Salzwasser gegeben und auf lebhaftem Feuer, ungedeckt rasch weich gekocht. Erscheinen die Blattrippen weich, so wird er rasch durch viel kaltes Wasser gezogen oder mit solchem überspült, gut außegedrückt und sein gehackt. Kurz vor dem Servieren wird Fett heiß gemacht, seingeschnittene Schalotten, Zwiebelröhrchen, Petersilie, Schnittslauch und ein wenig Wehl darin gedämpst, mit einwenig Fleischbrühe abgelöscht, der Spinat beigegeben, mit Salz, Psesser und Muskatnuß

gewürzt, wenn nötig noch verdünnt, kochend gerührt, in eine heiße Platte angerichtet und sofort serviert. Zum Abkochen kann kleinwürflig geschnitztener Speck zur Hälfte oder allein verwende werden, das Gemüse gewinnt dadurch sehr. Ist der Spinat schon älter, so kann zum Versdünnen Milch nebst Fleischbrühe verwendet werden. Eine Beigabe von frischer Butter oder Rahm kurz vor dem Anrichten verseinert das Gemüse.

Reiseis. Schöner Karolinareis wird ausgequollen, abgegossen, mit süßem Kahm und Zucker gar, aber nicht ganz weich gekocht. Auf 500 Gramm Reis 1¹/4 Liter Kahm. Dann zehn Eigelb darunter gerührt, zulett der Schnee. Dies wird in kleine hübsche Förmchen oder Tiegelschen gestrichen, auf Eis sehr kalt gestellt, gestürzt und mit eingemachsten Hagebutten bekränzt zur Tafel gegeben.

Spinatwähe. Zu einer ziemlich großen Wähe, die beim Bäcker gebacken wird, wird ein Kilo gutgereinigter Spinat roh verwiegt. 250 Gramm Spickspeck wird in kleine Würfelchen geschnitten, in einer Eisenpfanne zerlassen und heiß auf den Spinat gegossen. Dann rührt man von 3 Kochlöffeln Wehl und einer Tisse Wilch oder besser Kahm ein zartes, nicht dünnes Teiglein an, schlägt 4—5 Eier darunter, rührt tüchtig und gibt dies mit dem nötigen Salz in den Spinat. Wenn man keinen Rahm hat, gibt man einige Butterflöckhen in den Spinat oder auf die für den Ofen zugerichtete Wähe.

Erbsensalat. Man koche ausgeschotete Erbsen in Salzwasser, lasse sie auf einem Sieb gut ablaufen und erkalten. Dann gebe man Bürsfelchen von gekochten Kartoffeln, gewiegten Zwiebeln, Salz, Del oder ausgebratenen Speck, eine Prise Psesser daran, mische alles gut und umlege den Salat mit Vierteln von hartgekochten Giern.

Um die Mottenbrut aus dem Pelz und dergleichen zu vertilgen, verfährt man in folgender Weise: Feiner trockener Sand wird so erhitzt, daß man nicht mehr die Hand darin leiden kann, daß er aber noch nicht sengt. Dieser Sand wird langsam auf dem Pelzwerk hinzund hergerollt, indem man ihn zwischen die Haare so recht auf die Haut kommen läßt. Das nun völlig gereinigte Pelzwerk wird nun, mit einem Mottenschutzmittel versehen, in starke gewachste oder in Eisenvitriol-Auslösung getauchte Leinwand verpackt und ist dann völlig sicher.