

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 35 (1930-1931)  
**Heft:** 18

## Buchbesprechung

### 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:** 10.01.2026

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

Ausser Biographien berühmter Frauen ist dagegen keine belletristische Literatur vorhanden.

Die Frauen, aber auch die Männer sollten die Gelegenheit nicht versäumen, sich Einblick zu verschaffen und Stellung zu nehmen zu den jetzt so aktuellen Problemen. Sie werden dadurch nicht nur persönlich bereichert, sondern sie helfen auch mit, durch fleissige Benützung der Bibliothek das begonnene Werk weiterzuführen und auszubauen.

Es ist ein vollständiger Sachkatalog erschienen, der zum Preis von Fr. 2 auf dem Sekretariat der Zürcher Frauenzentrale, Schanzengraben 29, bezogen werden kann.

**Lehrgänge der Bodeschule.** Die Bodeschule veranstaltet auch in diesem Jahre von Juli bis Oktober pädagogische Lehrgänge und Ferienkurse in den verschiedensten Gegenden Deutschlands, Hollands und der Schweiz. Die Leitung der Lehrgänge haben *Dr. Rudolf Bode* und *Frau Elly Bode* (unter Mitarbeit bewährter Lehrkräfte der Bodeschule).

Es sei hier besonders auf den Lehrgang in Locarno hingewiesen, welcher vom 7. bis 9. September stattfindet. Ausflüge in die Berge und zu Wasser auf dem Lago Maggiore ergänzen den Lehrgang und bieten Gelegenheit, ein Stück unverfälschter Natur und echten Volkslebens kennen zu lernen. Gesellschaftsreisen von verschiedenen Orten Deutschlands und der Schweiz sind geplant.

Auskunft und Prospekt durch Bodeschule, Berlin, Kaiserallee 49/50.

**Die Reise-Vereinigung** deutscher Lehrer — ein seit sieben Jahren bestehendes gemeinnütziges Unternehmen — das gut organisierte, billige Auslandsreisen für Lehrer und Lehrerinnen aller Schulgattungen unternimmt, teilt uns mit, dass zu den diesjährigen Sommerreisen erstmals die Schweizer Kollegen und Kolleginnen eingeladen werden.

In Verfolgung des Organisationsplanes sucht die R. V. Zusammenarbeit mit der Lehrerschaft verschiedener Auslandsstaaten und beabsichtigt, in denjenigen Ländern, mit denen eine Zusammenarbeit zustande kommt, ebenfalls Reisen zu unternehmen !

Im Sommer finden *drei Reisen nach Dalmatien* (bis Cattaro-Cetinje) statt. Stuttgart (Zürich)-Triest-Ragusa-Cattaro-Cetinje-Ragusa-Pola-Abazzia-Venedig.

Prospekte sind erhältlich bei der Reise-Vereinigung deutscher Lehrer, Stuttgart, Birkenwaldstrasse 46.

---

## U N S E R   B Ü C H E R T I S C H

---

**Hauswirtschaftliches.** Eben im Begriffe, im Schweisse meines Angesichtes die « Lehrerinnen-Zeitung » speditionsbereit zu machen, fällt mein Blick auf die stattliche Zahl von modernen Kochbüchern, deren Titel und besondere Art den Leserinnen vorzuenthalten, ich in diesen heissen Tagen als grosses Unrecht betrachten würde: läuft einem doch schon bei der blossen Nennung einiger Ueberschriften dieser Bücher das Wasser im Munde zusammen. Aber um die Kochbücher ganz richtig würdigen zu können, sollten wir zuerst das von Dr. med. E. Schmid im Verlag A. Francke AG. in Bern erschienene grundlegende Buch **Zweckmässige Volksernährung** (Preis broschiert Fr. 4.80) studieren, welches in seinem ersten Teil die Ergebnisse neuerer Forschung kund gibt über **Leben, Stoffwechsel und Ernährungsvorgang**, um dann im zweiten Teil : **Die vollwertige und zweckmässige Volksernährung**, zu zeigen, welche der für den Aufbau des menschlichen Körpers und für die Erhaltung der Gesundheit not-

wendigen Stoffe in den verschiedenen Lebensmitteln enthalten sind, besonders in den Pflanzen. Der Nährstoffgehalt pro 100 Gramm der wichtigsten Volksnahrungsmittel ist in einer übersichtlichen Tabelle dargestellt. Es sind auch Speisezettel und Angaben über Essgewohnheiten, alte und neue Esskultur am Schlusse des zwar sehr volkstümlich geschriebenen, aber doch auf gründlich wissenschaftlicher Forschung beruhenden Buches enthalten. Wer seine Ernährung nicht nur nach Mode und Schlagwort aufbauen will, sondern nach dem Rat eines vertrauenerweckenden Führers, der studiere dieses durch den Schweizerischen Verein abstinenter Lehrer und Lehrerinnen herausgegebene Buch des Thuner Arztes, Dr. med. Edwin Schmid.

Das Kochbuch : **So ist Kochen leicht**, ein Kochbuch besonderer Art für Kenner und Ahnungslose von Fr. Reinhardt, Franckhsche Verlagshandlung in Stuttgart. Preis Mk. 8.50, lehrt eigentlich schon auf seinem Umschlag kochen durch zahlreiche deutliche Abbildungen. Es beruht auf denselben Prinzipien wie das seinerzeit empfohlene Kochbuch von Helen Mühlmeier, es gibt die Grundrezepte, und diese sind bis in alle Einzelheiten erklärt und im Bilde dargestellt, so dass auch der ABC-Schüler im Kochen genau weiß, was zu tun ist. Für die übrigen Gerichte sind dann nur die Zutaten genannt, und dann heisst es Zubereitung wie Typ so und so. Amüsant ist auch das Vorwort des Buches «Wie ein Kochbuch entsteht» zu lesen, wir können als Probe nur den Satz daraus geben: «Mein Mann sagt immer: Meine Frau ist furchtbar, sie kocht, spricht und schreibt in fünf Sprachen, das soll mal einer aushalten. »<sup>1</sup>

Lässt Frau Else Reinhardt das Fleisch als Nahrungsmittel noch in vielen Variationen gelten, so ist die Verfasserin des Buches «**Die Kochkunst der heutigen Nahrung für jedes Haus**», Bertha Rindlisbacher, Bern, Gerechtigkeitsgasse 3, Vegetarierin reinsten Wassers. 800 Rezepte für fleischlose Küche hat sie in dem zum bescheidenen Preis von Fr. 4.50 im Selbstverlag erhältlichen Buche zusammengetragen. Schon die eine Tatsache, dass die Rezepte für die verschiedenen Zubereitungsarten der Kartoffel allein acht Seiten in Anspruch nehmen, zeigt, wie sehr gut es die Verfasserin versteht, gerade auch die billigen Vegetabilien nach allen Richtungen auszuwerten und damit jede Hausfrau in die Lage zu versetzen, abwechslungsreich und doch nicht teuer zu kochen. Wir möchten dieses Buch für Schweizerfamilien-Kochschulen deshalb sehr empfehlen.

Lisbeth Ankenbrand gibt in ihrem Kochbuch **Gesunde fleischlose Küche** 610 Rezepte, Speisezettel für jeden Monat (Mittag- und Abendessen), Ratschläge für Kuren aller Art. Süddeutsches Verlagshaus Stuttgart. Ein Musterchen für viele: Rhabarberkompott mit Quark. Man dünstet Rhabarber mit etwas Wasser und Zucker zu einem dicken Brei, füllt diesen erkaltet in die Glasschale, streut reichlich gehackte Mandeln oder Nüsse darüber und verröhrt das Kompott mit Quark, dem man  $\frac{1}{4}$  Liter Schlagsahne oder süsse Milch beigemischt hat. Statt des Rhabarbers kann man auch irgendein anderes gedünstetes Kompott nehmen.

Im Lebensweiser Verlag Paul Häusle, Zürich-Selnau, sind die kleinen Hefte: Aurelius, **Frischkost : Gemüsenahrung — Frischkost : Fruchtnahrung** erschienen. Sie geben nicht eigentlich Kochrezepte, sondern Ratschläge für richtige Zusammensetzung der Gemüse- oder Fruchtspeisen und für deren Nähr- und Heilwirkung.

Marcuse-Woerner-Erlewein, **Die fleischlose Küche**. Ein praktisches Kochbuch. Fünfte umgearbeitete Auflage (29.—30. Tausend). Mit einem Anhang: **Die Verwendung der Rohkost in der fleischlosen Küche**. 338 Seiten. Verlag von Ernst Reinhardt in München. Preis in Leinen Mk. 5.50.

Das 30. Tausend, das soeben erschienen ist — ein Zeichen, welch grosser Beliebtheit sich dieses ausgezeichnete Kochbuch der fleischlosen Küche erfreut — ist um einen Anhang vermehrt worden, der zeigt, wie man die Rohkost auf praktische und ansprechende Weise mit der fleischlosen Ernährung verbinden kann. Das wohlbekannte und reichhaltige Kochbuch entspricht damit allen Ansprüchen, die an ein Kochbuch für neuzeitliche Ernährungsweise gestellt werden und ist allen Hausfrauen, die mit der modernen Ernährungslehre Schritt halten wollen, aufs beste zu empfehlen.

<sup>1</sup> Der Verlag teilt soeben mit, dass für Schulgebrauch eine einfacher gehaltene Ausgabe des Buches erschienen sei, zum Preis von Mk. 6.20.

Der Schweizerische Verband für Berufsberatung und Lehrlingsfürsorge hat von dem an der Frühjahrskonferenz in Herzogenbuchsee von Rosa Neuenschwander gehaltenen und so beifällig aufgenommen Referat «**Der Arbeitsplan im Haushalt**» Sonderdrucke erstellen lassen. Das Schriftchen eignet sich in erster Linie zur Abgabe an Hausfrauen, die Haushaltlehrtochter aufnehmen oder sich sonst mit der Heranbildung von Hausangestellten befassen. Es wird sich gut anlässlich von Vereinsversammlungen verschiedenster Frauenvereine verkaufen lassen, und für solche Veranstaltungen geben wir gerne eine gewünschte Anzahl in Kommission ab.

Preis einzeln 20 Rp. per Stück, 50 Stück Fr. 9, 100 Stück Fr. 15, zuzüglich Porto.

## **Stellenvermittlungszentrale des Schweizerischen Lehrerinnenvereins Rütistrasse 47 Basel Tel. Birsig 6756**

# **Wer nicht weiss**

wie einem körperlich oder geistig gebrechlichen Kinde zu helfen ist, wende sich an die Geschäftsstelle der Schweiz. Vereinigung für Anormale, Heilpädagogisches Seminar Zürich, Kantons-schulstrasse 1

## **Warum Kaffee Hag?**



Warum hat er so viele treue Verehrer? Warum empfehlen ihn die Ärzte? Warum hat er sich die Welt erobert? Weil er nicht nur Kranken und Kindern, sondern auch Gesunden und Erwachsenen immer gut bekommt. Weil er in jeder Hinsicht denselben Genuss gewährt, wie jeder andere gute Kaffee, jedoch ohne die für Viele schädlichen Reizwirkungen des Coffeins. Weil er anregt, ohne aufzuregen! Weil er Herz und Nerven schont und weil viele Ärzte in der eigenen Familie keinen andern Kaffee dulden als Kaffee Hag. Weil das sozusagen weltbekannt ist! Kaffee Hag, echter, feiner, coffeinfreier Bohnenkaffee, ist die Erfüllung der hygienischen Forderung vieler Jahrzehnte.

## **Alles**

zur

## **Klassenlektüre für die Schulbibliothek**

liefert die

## **JUGENDBUCHHANDLUNG ZUR KRÄHE**

**BASEL, Bäumleingasse 10**

Prospekte kostenlos