Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 12 (1937)

Heft: 12

Artikel: Honig ist die beste Rohkost!

Autor: A.H.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-101122

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: 15.01.2026

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

Die Reinigung der Kochherde

Von Ernst Bitterli

Die Erfahrungen von uns Männern in Sachen »Putzen« gehen zwar über den Gamellendeckel und das Soldatenmesser aus dem Militärdienst kaum hinaus. Es ist daher wahrscheinlich etwas gewagt, Frauen über das Putzen von Kochherden von Männerseite aus belehren zu wollen. Möge mir in diesem Fall der gute Glaube helfen, ganz wie damals jenen Soldaten, welche die genannten Gegenstände während langen Grenzbesetzungsdiensten wie ein Heiligtum verwahrten (und möglichst nie gebrauchten!) damit sie bei der Inspektion vor dem Hauptmann in Ehren bestehen konnten.

Es gibt nun zwar wohl keine Hausfrauen, die das mit dem Kochherd so machen könnten, wie jene Soldaten (doch soll es schon vorgekommen sein, daß der Backofen eines Gasherdes — mangels anderweitiger Bedürfnisse als Kaninchenstall eingerichtet worden sei), aber es gibt zahlreiche Hausfrauen, die meinen, es müsse beim Effekt des Herdputzens auf etwas Aehnliches herauskommen wie an einer Inspektion, nämlich auf den puren »Glanz«. Es müsse alles so geschnigelt und poliert werden, daß die Nachbarin ihren platten Neid in solchem Glanze spiegeln könne, daß alle Welt von diesem »einen Herde« rede und rühme.

Man sieht, uns ist am Glänzen, das muß hier gesagt sein, nicht am ersten gelegen. Sicher sehen wir gerne so recht peinlich sauberes Metall, aber da wir nur gar zu gut wissen, daß der Herd ein Gegenstand des täglichen Gebrauches ist und daß die Ausdauer und die täglich zur Verfügung stehende Zeit einer geplagten Hausfrau *auf die Dauer* eben nur für das Nötigste wirklich reicht, legen wir mehr Wert auf die im allgemeinen vernünftige Behandlung als auf den Glanz der Oberfläche. Denn nur die im allgemeinen vernünftige Behandlung sichert dem Herd das, was uns wichtig ist, nämlich *eine möglichst lange Lebensdauer!*

Die erste Regel: Die Brenner mindestens jede Woche zweimal, das heißt bei normaler Benützung, auseinandernehmen und die Bestandteile derselben samt den Herdringen sorgfältig abbürsten und ganz leicht einfetten. Das Gas gibt um so wärmer, je sauberer die Brennerbestandteile gehalten werden.

Die zweite Regel: Den Backofen nach jedem Gebrauch auslüften und samt den benützten Backblechen, Stabröstchen, Bratschalen mit Zeitungspapier ausreiben, *solange die Bleche noch warm sind.* Dann (am besten mit einer Bürste) ganz leicht einfetten. Nicht vergessen, auch die Decke und die Rückwand des Backofens muß gereinigt werden!

Die dritte Regel: Es hat keinen Sinn, die Herdbestandteile mit allerlei besonderen Pasten zu behandeln. Alle diese Zusatzmittel müssen ja so gut wie das wenige Oel in der Hitze verkohlen. Sobald die Bestandteile unnötig stark (schmierig) eingefettet werden, entsteht auch eine starke Verkohlung! Also nur jedemal wenige Tropfen Oel an die Bürste (alte Schuhbürste) oder an den Lappen (alte Strumpfrohre aus Garn) nehmen.

Die vierte Regel: Jede Hausfrau weiß, daß beim Kochen Wasserdampf entsteht. Dieser Dampf setzt sich nicht nur an den Küchenfenstern, er setzt sich auch an den Metallteilen des Herdes an. Es genügt daher nicht, ein blitzblankes Schmutzblech zu haben, das ganze Tellerwärmerfach oder Schmutzblechfach muß regelmäßig auf diese Schwitzwassererscheinung kontrolliert, sorgfältig ausgetrocknet und leicht wieder eingefettet werden. Dort sind gewöhnlich die Bleche am schnellsten durchgerostet!

Die fünfte Regel: Bewahre den Herd vor unnötiger Beschmutzung. Geht es doch zum Beispiel nur 3—4 Minuten, bis ein Liter Flüssigkeit kocht. Solange muß man unbedingt dabei sein! Nachher kann man dann kleinstellen und die Gefahr des Ueberkochens ist damit ausgeschaltet. Oder dann beim Weggehen während dem Aufkochen die Flammen kleinstellen. So hat man kein Risiko, spart dazu an Brennstoff und erhält dem Kochgut seine besten Eigenschaften. Wenn aber wirklich einmal etwas passiert, dann die Bestandteile (mit Sodawasser) sauber von Kruste waschen, gut trocknen und wieder ganz leicht einfetten.

UNSERE ERNÄHRUNG

Honig ist die beste Rohkost!

Von A. H., Bienenzüchter

Wenn Sie vor Husten und Heiserkeit fast nicht mehr reden können, so denken Sie — vielleicht — auch an den Honig als Heilmittel. Nun haben Sie aber schon hellen und dunklern, dicken und dünnflüssigen Honig gesehen. Welchen wählen Sie am besten als Heilmittel gegen Ihr Halsweh? Gewiß, jeder echte Bienenhonig wird Ihnen Erleichterung verschaffen; aber man hat doch herausgefunden, daß der dunkle, der Waldhonig, sich am besten für Heilzwecke eignet.

Es gibt nämlich *Blütenhonig und Wald-*(Tannen-)*honig.* Der Waldhonig ist bekannt als kräftiger, starker Honig. Er ist dunkel, schwarz bis braun. Der Blütenhonig ist feiner, schmeckt eher würziger als Waldhonig und ist rotbraun bis hellgelb. Er ist im allgemeinen beliebter, da er angenehmer schmeckt. Er hat, wie man sagt, ein besseres »Bouquet«.

Den Blütenhonig, der von den Blüten der Wiesen und der Obstbäume stammt, suchen die Bienen bis Ende Mai. Geerntet wird er Mitte Juni. Im Gegensatz zu diesem Frühjahrshonig erntet man den Sommerhonig erst Anfang August. Es ist Waldhonig, den die Bienen in der Regel im Laufe des Monats Juli suchen. Der Sommerhonig unterscheidet sich auch dadurch vom Frühjahrshonig, daß er nur teilweise von Blüten stammt und außerdem den süßen Saft, den die Blätter mancher Laubholzbäume und auch die Nadeln der Tannen und Lärchen ausschwitzen, enthält. Merken Sie sich also folgendes: Frühjahrshonig ist heller Blütenhonig, Sommerhonig dagegen dunklerer Waldhonig.

Sie wissen, daß nicht der Honig als solcher von den Bienen gesammelt wird, sondern daß die Bienen ihn aus dem Nektar der Blüten und andern süßen Pflanzensäften erst im Bienenstock zubereiten. Für 1 Kilo Honig müssen über eine Million Blüten besucht werden! Blütennektar und der Honigtau der Blätter sind also die Rohstoffe des Honigs. Im Bienenstock mischen die Bienen dem gesammelten Nektar Drüsensäfte ihres Körpers bei und verwandeln ihn in leicht verdauliche Form. Durch Verdunstung des überflüssigen Wassergehaltes wird der so entstehende Honig eingedickt und haltbar gemacht. Wenn der Honig nach etwa zwei bis drei Wochen im Bienenstock reif geworden ist, werden die damit gefüllten Wabenzellen mit Wachs zugedeckelt.

Daß der Wein je nach Jahrgang und Lage verschieden ausfällt, ist bekannt. Genau so ist auch der Honig von den Witterungsverhältnissen, vor allem vom Sonnenschein, abhängig. Nun geschieht es aber immer wieder, daß der Honig vom Käufer beanstandet wird, weil er in Geschmack und Farbe anders ist als der frühere, vom gleichen Lieferant bezogene. Aber nicht nur das. Die Ueberschlauen vermuten sogar Fälschungen, wenn auch ganz zu Unrecht. Niemand wird es einfallen, einen Herrliberger, der weniger herb ist als ein letztjähriger, als gefälscht zurückzuweisen, da jedermann weiß, daß verschiedene Jahrgänge ganz verschieden ausfallen.

Sprechen Sie mit einem Bündner, so wird er Ihnen versichern, sein Berghonig sei der beste, den es gäbe. Berghonig ist der Honig, den die Bienen auf einer Höhe von über 1200 Meter sammeln. Natürlich hat er einen andern Geschmack als der Talhonig, weil es auf dieser Höhe keine Obstbäume mehr gibt. Ich für mich halte unsern Talhonig für schmackhafter und aromatischer als den Berghonig, und zwar aus dem einfachen Grunde, weil wir im Tal unten eine vielseitigere Flora besitzen als auf den Bergen. Wir haben Obstbäume und alle möglichen Blumen. Was aber gibt es auf den Alpen, auf einer Höhe von über 1200 Meter? Alpenrosen, Enziane und ein paar Bergblumen. Bei uns im Tal wird selten Alpenhonig verlangt. Wer solchen wünscht, wende sich entweder an einen großen Imker, der ihn wahrscheinlich von einem Kollegen besorgen kann, oder noch besser an einen Imker des Ortes selbst, woher man den Honig gern hätte.

Wissen Sie, weshalb der Tessiner Honig etwas bitter schmeckt? Das kommt von den Kastanienbäumen, denn der Nektar der Kastanienblüte schmeckt bitter. Dem Tessiner schmeckt dieser Honig wie kein anderer. Wir Deutschschweizer hingegen ziehen den unsrigen vor. Uebrigens wird im westlichen Teil der deutschen Schweiz dunkler Honig bevorzugt. Weil dort meistens Waldhonig geerntet wird, ist man sich daran gewöhnt. In der Ostschweiz dagegen wird heller Blütenhonig verlangt.

Nach der Gewinnungsart unterscheidet man auch Wabenhonig und Schleuderhonig. Der Schleuderhonig ist der durch Zentrifugalkraft aus den Waben getriebene reine Honig und enthält keine fremde Beimischung. Es ist der Bienenhonig, wie wir ihn alle kennen. Trotzdem wird von manchem Feinschmecker, seines Wachsaromas wegen, der Wabenhonig, das heißt der Honig, der noch in den Waben steckt und samt den Waben verkauft wird, bevorzugt. Das Wachs selbst ist natürlich ungenießbar. Der Wabenhonig, in Spezialgeschäften erhältlich, ist viel teurer als geschleuderter Honig, und zwar nicht, weil er für den Kunden, sondern weil er für uns Imker mehr Wert hat. Nehmen wir nämlich den Bienen die Waben weg, so müssen sie sich im nächsten Frühling wieder neue herstellen. Das kostet den Bienen Zeit und Arbeit und den Imker Einbuße an Honig.

Fast jeder Honig wird nach kurzer oder längerer Zeit fest kandieren, und zwar der Blütenhonig schneller als der Blatthonig, welcher oft monatelang flüssig bleibt. Durch vorsichtiges Aufwärmen im Wasserbad kann der Honig ohne weiteres aufkandiert, das heißt flüssig gemacht werden. Nur soll man ihn von Zeit zu Zeit umrühren und ihn vom Feuer nehmen, sobald er flüssig ist. Der Honig darf nicht über 60 Grad warm werden, weil er sonst Schaden leidet.

Genau wie Milch, nimmt auch der Honig sehr leicht schlechte oder starke Gerüche seiner Umgebung an. Deshalb muß er gut verschlossen und an trockenen, gut gelüfteten Orten aufbewahrt werden (Verbinden mit Pergamentpapier genügt nicht). Richtig aufbewahrt, hält er sich jahrelang. Der Honig zieht aus der Luft Wasser an und wird, falls er längere Zeit unbedeckt der Luft ausgesetzt ist, an der Oberfläche dünnflüssig. Er kann dabei in Gärung übergehen und sauer werden, was aber bei sachgemäßer Aufbewahrung nie geschieht.

Jedes Jahr wird vom Deutschschweizerischen Bienenzüchterverein der Honigpreis festgesetzt. Alle Arten Honig kosten gleich viel. Der Preis hängt ab von der Ausgiebigkeit der Ernte und wird Mitte Juni, sobald man den Ausfall der Frühjahrsernte kennt, bestimmt. Unser Grundsatz: Ist die Ernte klein, steigt der Preis, in einem guten Jahr sinkt er.

Manche Leute glauben auch heute noch, man könne gefälschten Bienenhonig bekommen. Früher kam es vor, daß dem echten Honig Kunsthonig (eine Art Zuckersirup) oder billiger Auslandhonig beigemischt und als hundertprozentiger echter Honig verkauft wurde. Heute ist die Kontrolle so genau, daß das von vornherein ausgeschlossen ist. Ich darf ruhig sagen: es gibt in der Schweiz keinen unechten Bienenhonig mehr, wohl aber gibt es Kunsthonig, die Melasse. Das ist aber etwas ganz anderes als Honig, nämlich ein künstliches Zuckerpräparat. Bienenhonig als Naturprodukt kann nicht nachgeahmt werden, sowenig wie es künstliche Eier oder künstliche Milch gibt.

Trotz dem relativ niedrigen Preise des Bienenhonigs wird immer noch viel zuwenig Honig gegessen, vielleicht, weil man den Honig von früher her unberechtigterweise für einen Luxus hält. Ganz unbegreiflich scheint es mir aber, daß oft auch in teuren Hotels zum Morgenessen statt dem Bienenhonig Melasse serviert wird. Sicher würde sich die kleine Mehrausgabe für Bienenhonig reichlich lohnen. Wenn in einem guten Hotel die Melasse Honig vortäuschen soll, wird sich der Gast mit Recht jedesmal darüber ärgern.

Meiner Ansicht nach ist Honig für Kinder und für Erwachsene die beste Rohkost, die es gibt. Im übrigen will icht hier kein Loblied auf den Honig singen. Der Honig spricht am besten für sich selber. Deshalb sage ich nur mit Salomo: »Iß Honig, mein Sohn, denn er ist gut!«