

Zeitschrift: Wohnen
Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger
Band: 15 (1940)
Heft: 7

Rubrik: Die Seite der Frau

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: 30.12.2025

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

Kleine Mitteilungen

Dem Juniheft der «Volkswirtschaft», herausgegeben vom Eidgenössischen Volkswirtschaftsdepartement, entnehmen wir die folgenden Angaben:

Der *Landesindex der Kosten der Lebenshaltung* steht Ende Mai 1940 0,6 Prozent über dem Vormonat und 8 Prozent über dem Stand von Ende August 1939. Gegenüber jenem Datum sind jedoch Fette und Speiseöle um 24,4 Prozent, Zucker und Honig um 21,4 Prozent und Kartoffeln und Hülsenfrüchte um 39,8 Prozent gestiegen. Seit Jahresfrist beträgt die Steigerung im ersten Fall 24,4, im zweiten 21,4 und im dritten 39,8 Prozent.

Die *Arbeitslosigkeit* ist in beinahe sämtlichen Berufsgruppen noch weiter zurückgegangen. Ende Mai waren als gänzlich arbeitslos bei den Arbeitsämtern 6130 Stellensuchende gemeldet gegenüber 8103 Ende April 1940 und 31 552 Ende Mai 1939.

Die *Bundesbahnen* zeigen einen, durch die besonderen Umstände (Ostern) bedingten Rückgang des Reisendenverkehrs im Monat April von 4,4 Prozent gegenüber dem Vorjahre. März und April 1940 zusammengekommen, ergibt sich eine Steigerung des Reisendenverkehrs von 11,7 Prozent gegenüber dem Vorjahre. Der Güterverkehr weist eine ganz wesentliche Verbesserung auf, sie beträgt gegenüber dem Vorjahre sogar 77,4 Prozent.

DIE SEITE DER FRAU

Schafft Vorräte

Die nachfolgende Anleitung zeigt, wie einfach, bequem und billig die Hausfrauen mit Hilfe eines elektrischen Herdes sich Vorräte anschaffen kann.

Der Zweck des Konservierens ist, die Nahrungsmittel, die rasch verderben, so zu behandeln, daß sie längere Zeit aufbewahrt werden können. Das kann nach verschiedenen Methoden geschehen. Die gebräuchlichsten Arten sind:

Sterilisieren: a) im Wasserbad, b) im Backofen; Kochend-Einfüllen, Roh-Einfüllen, Dörren.

In erster Linie wird sich die Hausfrau überlegen, welche Konservierungsart für die Haltbarmachung der verschiedenen Produkte die zweckmäßigste ist. Es eignen sich *zum Sterilisieren* vor allem Gemüse und Obst, Bohnen, Erbsen, Rüben, Blumenkohl, Krautstiele, Spargeln, Pilze, Schwarzwurzeln, Kohlraben und Kefen. Dann Aprikosen, Kirschen, Zwetschgen, Pflaumen, Mirabellen, Reineclauden, Birnen, Quitten und alle Sorten Beeren. Immerhin ist es vorteilhafter, sämtliche Beeren kochend heiß einzufüllen.

Zum Kochend-Einfüllen eignen sich Beeren, Fruchtsäfte, Most, Tomaten, Fruchtmus, Aprikosen, Zwetschgen, Pflaumen usw.

Zum Roh-Einfüllen gewisse Gemüse und Früchte, wie Krautstiele, Bohnen, Rhabarber, Preiselbeeren, halbreife Stachelbeeren, Weichseln.

Zum Dörren: Bohnen, Suppengemüse, Pilze, Gewürzkräuter, Teeblätter, Birnen, Äpfel, Aprikosen, Zwetschgen, Kirschen.

Grundregeln für das Einmachen

1. Es sollen nur frische, fehlerlose Früchte und Gemüse konserviert werden.
2. Die Früchte sollen weder halbreif noch überreif sein, das heißt den richtigen Reifegrad besitzen; Gemüse und Pilze müssen jung und zart, wenn möglich frisch geerntet

sein. Produkte, die schon in Gärung sind, oder stark gedüngte Gemüse eignen sich nicht zur Konservierung.

3. Die Konservierungsarbeiten sollen rasch und sorgfältig ausgeführt werden; Unterbrechungen sind zu vermeiden.
4. Die zur Verwendung kommenden Flaschen, Glasdeckel, Gummiringe und Drahtbügel sind vorerst gründlich zu prüfen und beschädigtes Material auszuschneiden. Gummiringe müssen geschmeidig und elastisch sein. Rostige Drahtbügel sind nicht zu benützen.
5. Heiße Flaschen dürfen nie auf Eisen oder Stein gestellt werden.
6. Die eingefüllten fertigen Gläser sind von Zeit zu Zeit, namentlich in den ersten Tagen nach der Konservierung, zu kontrollieren. Die Konserven sollen stehend in einem kühlen, trockenen Raum aufbewahrt werden bei einer Temperatur von über 0, aber unter 15 Grad Celsius. Die Deckel der Gläser sollen nie mit einem Messer oder einem spitzen Gegenstand geöffnet werden, sondern man hält sie Hals voran 1—2 Sekunden in lauwarmes Wasser. Nachher kann jeder Deckel mit Leichtigkeit abgehoben werden.
7. Leer gewordene Gläser und Flaschen sind sofort zu reinigen und unverschlossen sorgfältig aufzubewahren. Die Gummiringe sind an der Luft zu trocknen und, um sie vor dem Hartwerden zu schützen, in einer Blechschachtel aufzubewahren.

Sterilisieren

Vorbereitungen

Gläser, Flaschen und Deckel in heißem Sodawasser gründlich reinigen und in warmem Wasser spülen. Gummiringe in heißem Wasser reinigen.

Die Gemüse werden gewaschen, gerüstet und, wenn nötig, in Stengel oder Scheiben geschnitten, in kochendem Salzwasser kurz aufgekocht — Erbsen roh einfüllen — und dann läßt man sie auf einem Sieb abtropfen. Nachdem sie mit kaltem Wasser überbraust sind, werden sie dicht in die vorbereiteten Sterilisiergläser eingefüllt. Auf 1 Liter Wasser

wird 1 Löffel Salz aufgelöst, die Lösung aufgeköcht und erkalten gelassen. Die schwache Salzlösung füllt man bis $\frac{3}{4}$ in die Gläser, verschließt sie und sterilisiert. Für Pilze wird dem Salzwasser 1 Kaffeelöffel Essig beigegeben.

Früchte werden vor dem Sterilisieren mit einem sauberen Tuche abgerieben — Kirschen gewaschen — und größere Sorten nach Belieben entsteint. Ganze Pfirsiche werden zum Schälen kurze Zeit in heißes Wasser getaucht.



Vorwärmen der Flaschen. Tauche die Flaschen langsam — Hals voran unter ständigem Drehen — in heißes Wasser und gieße davon bis etwa $\frac{1}{2}$ Höhe in die Flaschen. Lasse die Flaschen bis nach dem Einfüllen in der Pfanne in heißem Wasser stehen. Sie müssen mindestens 2—3 Minuten in heißem Wasser stehen bleiben, bevor man die Früchte einfüllt.

Das Einfüllen. Lasse die Früchte zum Sieden kommen (nur 1—2 Wälle). Leere das Wasser aus der Flasche und stelle die leere Flasche wieder ins heiße Wasser. Fülle jetzt die Flasche mit den Früchten rasch bis etwa ein cm unterhalb der Mündung.



Gieße zuletzt kochenden Saft auf bis fast zum Überlaufen voll, dann sofort verschließen.



Nach einigen Minuten die gefüllte Flasche 2—3 Sekunden umkehren, dann aufrecht auf einem Tisch erkalten lassen und vor Luftzug schützen.



Bei halbierten Steinfrüchten wird ein Fruchtstein in jedes Glas mitgegeben.

Große Birnen schälen, halbieren und, damit sie weiß bleiben, mit Zitrone leicht einreiben und in die Gläser füllen. Kleine Sorten ungeschält und ganz sterilisieren. Quitten werden geschält, das Kerngehäuse entfernt, in Schnitze geschnitten und in die Gläser eingefüllt. Tomaten werden ganz, unter Beigabe von schwachem Salzwasser, sterilisiert.

Zum Sterilisieren von Früchten rechnet man pro Liter Wasser 250—300 Gramm Zucker, kocht diesen mit dem Wasser auf und läßt die Lösung erkalten. Man gießt das Zuckerwasser bis zu $\frac{3}{4}$ Glashöhe zu den Früchten, verschließt und sterilisiert entweder im Wasserbad oder im Backofen. Ist zur Einmachzeit Mangel an Zucker, so sterilisiert man die Früchte ohne Zuckerzusatz und zuckert sie dann

Sterilisieren im Topf

Die gefüllten Flaschen werden in den Topf gestellt. Wo ein Sterilisiertopf fehlt, kann der Wäschehafen oder eine gewöhnliche Kasserolle verwendet werden. Im letzteren Falle wird die Kasserolle mit einer solchen von gleichem Durchmesser zugedeckt. Auf den Boden des Topfes ist ein Einsatz, eventuell Zeitungen, Holzwolle oder passende Tücher zu legen, da die Flaschen nicht direkt auf den Topfboden gestellt werden sollen. Nun lauwarmes Wasser in den Sterilisiertopf gießen, bis zur Hälfte oder sogar $\frac{3}{4}$ der Flaschenhöhe, und erhitzen.

Sterilisierdauer

Für Gemüse wird in der Regel beim Sterilisieren im Wasserbad entweder in einmal 2 Stunden bei Siedetem-

peratur oder in zwei Malen 1 Stunde bei Siedetemperatur mit einer Zwischenpause von mindestens 1 Tag und höchstens 2 Tagen sterilisiert. Selbstverständlich dürfen in der Zwischenzeit weder Deckel noch Drahtbügel von den Flaschen genommen werden.

Für Früchte. Steinobst: 20 bis 25 Minuten bei 85 Grad Celsius. Kernobst: 30 Minuten bei 85 bis 90 Grad Celsius. Beeren: 15—20 Minuten bei 75—80 Grad Celsius.

Die Zeit einer Sterilisation wird vom Zeitpunkt an gerechnet, da die vorgeschriebene Sterilisiertemperatur erreicht ist. Zeigt das Thermometer etwa 5 Grad weniger als die gewünschte Temperatur, ist niedrig zu schalten, da diese nach dem Zurückschalten immer noch um einige Grad steigt. Während des Sterilisierens muß der Deckel auf dem Topfe bleiben. Ist die Sterilisation beendet, werden die Flaschen sofort aus dem Topfe genommen und auf einen mit einem Tuch belegten Tisch gestellt. Heiße Flaschen sind vor Luftzug zu schützen. Die Klammern der Sterilisiergläser sollen erst nach dem vollständigen Abkühlen entfernt werden. Bei Büllacher Flaschen darf die Klammer bis zum Verbrauch des Inhaltes nicht entfernt werden.

Sterilisieren im elektrischen Backofen

Zum Sterilisieren im Backofen kommen nur niedrige Gläser oder Flaschen in Frage. Gläser oder Flaschen von ungleichem Inhalt dürfen beim Sterilisieren im Backofen nicht gleichzeitig verwendet werden. Bei Verwendung von Büllacher Flaschen ist darauf zu achten, daß nur solche Flaschen mit 6 cm Öffnung benutzt werden, solche mit 4 cm Öffnung und Tomatenflaschen, oder Flaschen mit Bierflaschenverschluß eignen sich hierfür nicht. Der Rost wird auf der untersten Rille über dem Bodenheizkörper eingeschoben. Auf diesen Rost werden die gefüllten und geschlossenen Gläser gestellt, nachdem sie vorher gut abgetrocknet worden sind, und zwar nie weniger als vier Stück. Der Backofen wird nicht vorgewärmt. Nur Unterhitze einschalten. Während dem Sterilisieren bleiben die Luftzirkulationsöffnungen an der Backofentüre geschlossen. Das Öffnen der Türe ist zu unterlassen. Die Zeitdauer des Sterilisierens hängt von der Art der Früchte und Gemüse ab und ist der umstehenden Tabelle zu entnehmen. Nach dem Sterilisieren läßt man die Gläser langsam abkühlen. Die Befestigungsbügel an den Gläsern dürfen erst abgenommen werden, wenn die Gläser vollständig erkaltet sind. Bei Büllacher Flaschen Bügel nicht abheben. Backofen noch bei ganz offener Türe gut austrocknen lassen und nicht emaillierte Backöfen mit einem Öllappen einfetten, um Rostbildung vorzubeugen. Wo ausziehbare Backofenheizkörper vorhanden sind, empfiehlt es sich, auch diese herauszuziehen, um sie bequemer reinigen und einfetten zu können. Bei diesen Herdsystemen soll übrigens der obere Backofenheizkörper vor dem Sterilisieren entfernt werden.

Sterilisierzeiten

Die Zeitangaben der nachstehenden Tabellen beziehen sich auf 6 Flaschen zu 1 Liter, $\frac{3}{4}$ Liter und $\frac{1}{2}$ Liter, und 4 Flaschen zu $1\frac{1}{2}$ Liter.

Die jeweiligen Schaltzeiten sind für eine kleinere Anzahl Flaschen nicht ohne weiteres anwendbar, denn ein kleineres Quantum Sterilisiergut bedingt weniger Wärmeeinheiten und eine dementsprechend kürzere Anheizzeit. Nach den gemachten Erfahrungen, aber auch aus wirtschaftlichen Überlegungen sollte der Backofen mit weniger als 4 Flaschen nicht beschickt werden. Man rechnet für jede Flasche weniger eine 5 Minuten kürzere Anheizzeit, also beispielsweise für fünf

1-Literflaschen Früchte 45—50 Minuten, Stufe 4, statt 50—55 Minuten.

Sterilisiertabelle

(nur mit Benützung von Unterhitze)

Früchte: Birnen, Pflaumen, Zwetschgen, Aprikosen, Pfirsiche, Kirschen, Tomaten usw. Die Flaschen oder Gläser müssen zu $\frac{3}{4}$ Höhe mit Zuckerlösung gefüllt sein.

Gläser- oder Flaschen- größe	Für 4stufige Schalter			Für 3stufige Schalter		
	Unterhitze			Unterhitze		
	Stufe 4	Stufe 1	Stufe 0	Stufe 3	Stufe 1	Stufe 0
	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.
4 Stück à						
$1\frac{1}{2}$ Lt.	50—55	30	30	50—55	30	30
6 Stück à						
1 Liter	50—55	30	30	50—55	30	30
$\frac{3}{4}$ »	40—45	30	30	40—45	30	30
$\frac{1}{2}$ »	30—35	30	30	30—35	30	30

Gemüse: Bohnen, Erbsen, Rüben usw. Nur einmal sterilisieren. — Die Flaschen müssen zu $\frac{3}{4}$ Höhe mit Salzlösung gefüllt sein.

Gläser- oder Flaschen- größe	Für 4stufige Schalter			Für 3stufige Schalter		
	Unterhitze			Unterhitze		
	Stufe 4	Stufe 1	Stufe 0	Stufe 3	Stufe 1	Stufe 0
	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.
4 Stück à						
$1\frac{1}{2}$ Lt.	75—80	30	60	75—80	30	60
6 Stück à						
1 Liter	75—80	30	60	75—80	30	60
$\frac{3}{4}$ »	65—70	30	60	65—70	30	60
$\frac{1}{2}$ »	55—60	30	60	55—60	30	60

Beeren: Erdbeeren, Johannisbeeren, Stachelbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Heidelbeeren (Mirabellen).

Gläser- oder Flaschen- größe	Für 4stufige Schalter			Für 3stufige Schalter		
	Unterhitze			Unterhitze		
	Stufe 4	Stufe 1	Stufe 0	Stufe 3	Stufe 1	Stufe 0
	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.
4 Stück à						
$1\frac{1}{2}$ Lt.	45—50	30	30	45—50	30	60
6 Stück à						
1 Liter	45—50	30	30	45—50	30	30
$\frac{3}{4}$ »	40—45	30	30	40—45	30	30
$\frac{1}{2}$ »	30—35	30	30	30—35	30	30

Fleisch:

Gläser- oder Flaschen- größe	Für 4stufige Schalter			Für 3stufige Schalter		
	Unterhitze			Unterhitze		
	Stufe 4	Stufe 1	Stufe 0	Stufe 3	Stufe 1	Stufe 0
	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.	Min.
6 Flaschen à						
1 Liter	85	60	60	85	60	60

Kochend-Einfüllen

Zum Kochend-Einfüllen sind fehlerfreie Flaschen und gut verschließbare Sterilisiergläser mit enger Öffnung verwendbar.

Vorbereitungen: Einfülltrichter und -löffel, Glasdeckel und Pfropfen, Gummiringe, Drahtbügel sind in einem Gefäß voll heißen Wassers griffbereit in die Nähe des Herdes zu bringen.

Rasches Arbeiten ist hier erstes Erfordernis. Wasser in der Flasche ausleeren und Trichter aufsetzen.

Fruchtsäfte und **Most** werden aufgekocht, in die vorgewärmten Flaschen bis 3 cm unterhalb des Flaschenrandes gefüllt, diese gut verkorkt mit einem unbeschädigten, ausgekochten Kork und umgekehrt in einen Korb gestellt. Nachher werden die Korke mit Siegelack oder Paraffin überzogen.

Tomaten- oder Fruchtmost wird je nach Rezept zubereitet und kochend mit Hilfe eines Trichters in die vorgewärmten Flaschen gefüllt. Werden Flaschen mit Patentverschluß verwendet, so ist darauf zu achten, daß der Gummi-

ring tadellos ist und der Verschuß gut schließt. Apfelmus sollte ohne Zuckerzugabe gekocht werden, da es sonst leicht in Gärung übergeht.

Bei *Beeren* werden Wasser und Zucker aufgekocht — Verhältnis: 1 kg Beeren, 1 dl Wasser, 100—150 g Zucker —, die erlesenen und gewaschenen Beeren beigegeben und diese kurz aufgekocht. Dann werden die Beeren mit Hilfe von Schaumkelle und Trichter in die vorgewärmten Flaschen gefüllt, kochender Saft darübergegossen, sofort verschlossen und kurze Zeit umgekehrt. Bei Flaschen mit Patentverschuß werden dieselben randvoll, bei Flaschen mit gewöhnlichem Korkverschuß bis 2 cm unterhalb des Flaschenrandes gefüllt.

Größere Früchte müssen halbiert oder in Schnitze geschnitten werden. Sie werden in kochendem Zuckerwasser — Verhältnis: 2 dl Wasser, 100—200 g Zucker auf 1 kg Früchte — kurz aufgekocht und mit Hilfe eines langen Löffels und Trichters in die Flaschen oder Gläser gefüllt, kochender Saft darübergegossen und dieselben verschlossen. Bei Flaschen mit Klammerverschuß darf dieser nie abgenommen werden bis zum Verbrauch des Flascheninhaltes.

Roh-Einfüllen

Die Früchte und Gemüse werden gerüstet und mit kaltem Wasser gewaschen. Dann werden sie roh in saubere Flaschen gefüllt bis 2 cm vom Flaschenrand und so viel klares Brunnenwasser zugegossen, daß sie davon bedeckt sind. Die Flaschen werden verkorkt und paraffiniert und liegend aufbewahrt. Die in den Früchten enthaltene Säure vermag diese vor dem Verderben zu schützen. Zucker oder Salz müssen erst beim Zubereiten von so konserviertem Obst und Gemüse beigegeben werden.

Der obige Teilartikel ist mit Erlaubnis der «Elektrowirtschaft», dem Blatt «Die Elektrizität», Heft 2/1940, entnommen. Der Artikel ist inzwischen umgearbeitet worden und im Verlag Elektrowirtschaft, Bahnhofplatz 9, Zürich, in Broschürenform gut illustriert (16 Seiten, mit Umschlag) zum Einzelpreis von 80 Rappen zu beziehen.

GESCHÄFTLICHE MITTEILUNGEN

Helfen Sie mit, dem Staate Kohlen zu sparen!

Da es sehr fraglich ist, ob überhaupt genügend Kohlen, selbst zu sehr hohen Preisen, erhältlich werden, ist es kluge Vorsorge, sich schon rechtzeitig auf die weiße Kohle, auf unsere Elektrizität, umzustellen. Die Firma Suctus AG., St. Gallen, hat einen ganz ausgezeichneten elektrischen Akkumulierofen auf den Markt gebracht. Die zum Patent angemeldete Konstruktion besitzt außergewöhnliche Leistungsfähigkeiten. Er heißt *Accutherm* und hat im besonderen die Eigenschaft, einen Raum bis in alle Ecken gleichmäßig zu wärmen und im Ofenkörper Wärme aufzuspeichern, die er nach dem Ausschalten langsam wieder abgibt. Ferner bewirken die kaminartig gebauten Wärmeleitrippen eine umfassende Luftzirkulation in vertikaler Richtung. Das unangenehme Staubverbrennen fällt weg. Beachten Sie die Beilage der *Accutherm*-Öfen.

Genossenschaften! **Jetzt** lassen Sie Ihre **Fenster und Türen** vorteilhaft mit einem Phosphorbronze-Metall **abdichten**. — Spart Kohlen. 10 Jahre Garantie. Sorgfältige u. fachmännische Ausführung durch

M. ZIMMERMANN ZÜRICH
Bucheggstraße 49 Telefon 6 12 17



BAULINOLEUM

(sog. Inlaid)

in Stärke IV

ZU VORKRIEGS-PREISEN

Wenn Sie **Wohnräume** mit sauberen, leicht zu reinigenden, hygienischen Bodenflächen versehen wollen, bieten diese Sorten, solange Vorrat, noch eine vorteilhafte Gelegenheit.

Preis per m² Fr. 7.—

Die Stärke IV hat sich vorzüglich bewährt — Beweis: Landesausstellung — besonders wenn auf eine der erprobten Unterlagen KORKMENT, ISOKLEPA oder Filzkarton verlegt.

Muster und Aufklärung durch die Linoleum - Fachgeschäfte oder die



**Linoleum
Giubiasco**

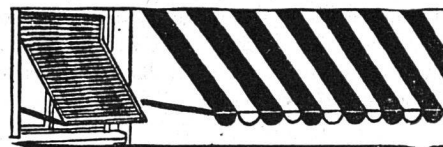
Spenglerei und Installationen

FRANZ GEHRINGER · ZÜRICH 3

Rotachstr. 72 · Telefon: 3 93 47, Werkstatt: 3 93 54

Übernahme sämtlicher Spengler- und Installationsarbeiten von Neu- und Umbauten · Gas-, Wasser- und sanitäre Anlagen · Bad- und Wascheinrichtungen etc. · Reparaturen in kürzester Zeit

Rolladen Sonnenstoren



Neuanfertigung wie auch sämtliche Reparaturen nur durch den Fachmann

H. ROTH Telefon 6 28 94 **ZÜRICH 6**
Privat 6 28 33

WERNER BUIBECK

DEKORATIONS- UND FLACHMALEREI

ZÜRICH 6 WEINBERGSTRASSE 145
TELEPHON 6 31 34