

<b>Zeitschrift:</b>	Wohnen
<b>Herausgeber:</b>	Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger
<b>Band:</b>	20 (1945)
<b>Heft:</b>	3
<b>Rubrik:</b>	Frauenseite

#### **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>**

Gesuche um Darlehen aus dem «Fonds de Roulement» sind, eventuell durch Vermittlung der betreffenden Sektion, an den Zentralvorstand des Verbandes zu richten.

Die Gesuche müssen enthalten:

Situation, Grundrisse im Maßstab von mindestens 1 : 100, Schnitte und Fassaden;

ausführlicher Baubeschrieb mit Kostenvoranschlag;

Kopie des Subventionsgesuches mit Formular des Bundes beziehungsweise der zuständigen kantonalen Amtsstelle;

Angaben über Baubeginn und Bezugstermin;

Angaben über Sicherstellung des zu gewährenden Darlehens (Garantie der Gemeinde? Zession von Subventionen? Sperrung eines Teils des Baukredites? Hinterlage von Wertschriften?)

Es werden in der Regel nur Projekte durch Darlehen unterstützt, mit deren Bau noch nicht begonnen ist.

Der Zentralvorstand des Schweizerischen Verbandes für Wohnungswesen unterbreitet die Projekte seinen Experten

und entscheidet in tunlichster Bälde über die Möglichkeit der Gewährung eines Darlehens.

Die Ablehnung eines Gesuches wird dem Gesuchsteller in knapper Form begründet. Im Falle von Beanstandungen eines Projektes steht es dem Gesuchsteller frei, eine abgeänderte Vorlage einzureichen.

Unter gleichwertigen und gleichdringlichen Projekten erhalten die zeitlich früher eingereichten den Vorzug.

Die Darlehen sind in der Regel auf ein Jahr beziehungsweise bis zur Errichtung der Hypotheken befristet.

Mit dem Darlehensempfänger werden die Art der Sicherstellung des Darlehens, der Rückzahlungsstermin und die weiteren Bedingungen von Fall zu Fall vereinbart.

Der Darlehensnehmer muß sich dem Schweizerischen Verband für Wohnungswesen als Mitglied anschließen.

Diese Wegleitung kann durch den Zentralvorstand jederzeit abgeändert werden.

*Beschluß des Zentralvorstandes vom 4. Dezember 1943.*

## FRAUENSEITE

### Gasrationierung

Die Gasrationierung trifft auch viele unserer Genossenschaftsleute schwer. Zwar ist wohl ein guter Teil von Genossenschaftswohnungen mit elektrischen Koch- und Warmwasser-einrichtungen ausgestattet. Vor allem aber in älteren Bauten aus der letzten Nachkriegszeit findet sich das Gas noch häufig vor. Und damit stehen denn die Mieter vor einem schwer lösbarer Problem. Die Rationierungsmaßnahmen müssen als überaus hart empfunden werden, und sie waren in dieser Form eine solche Überraschung, daß man sich da und dort nur langsam vom Schrecken erholt. Man hat es vielfach — und leider nicht ganz mit Unrecht — empfunden, daß dieser Rationierungsperiode eine lange Zeit vorausging, in welcher bei gerechter Verteilung der Gasmenge seitens der Behörde gewaltige Mengen an Rohstoffen hätten eingespart werden können. Statt dessen konnte der Verschwender weiterhin beträchtlich mehr konsumieren als die sparsame Hausfrau, die schon damals gelegentlich knapp daran war.

Inzwischen hat in der Tagespresse eine lebhafte Diskussion eingesetzt. Sie betrifft die Tatsache sowohl wie die mögliche Form des Ausweichens. Es ist hier nicht der Ort, diese Diskussion um einen weitern ausführlichen Beitrag zu vermehren. Dagegen ist vorauszusehen, daß es mit der Zeit doch die eine und andere Möglichkeit gibt, wie die einzelnen Verbraucherfamilien oder ganze Gruppen von Mietern, vielleicht auch ganze Genossenschaften oder doch wenigstens einzelne Kolonien von Genossenschaftsbauten, sich gemeinsam um die

Überwindung der größten Schwierigkeiten bemühen. Diese Bemühungen möchten wir in ihren einzelnen Formen und in ihren Auswirkungen verfolgen, zu Nutz und Frommen anderer Leidtragender. Wir bitten daher, man möchte uns Versuche, die nach dieser Richtung gehen, zur Bekanntgabe in unserem «Wohnen» mitteilen.

Wir denken dabei an die verschiedensten Möglichkeiten, die gerade in einer Genossenschaft auf Verständnis stoßen sollten, und nennen als Beispiel etwa das gemeinsame Kochen von Kartoffeln oder Suppe, vielleicht sogar in einem sauberen Waschhafen, im Sommer wiederum das Einmachen von Früchten mit gleichen Hilfsmitteln; die Bereitstellung vielleicht einer gemeinsamen elektrischen Kochgelegenheit, nachdem die Anschaffung für die einzelne Haushaltung wohl doch zu teuer kommt und viel zu lange auf sich würde warten lassen; die Benutzung von Kochkisten und ihre Erstellung unter kundiger Anleitung; den gemeinsamen Bezug von Suppe aus der Gemeinschaftsverpflegung, wenn vielleicht der Weg zur Ausgabestelle ziemlich weit ist und damit auch die Abkühlung für ganz kleine Gefäße sich zu stark auswirkt; die Aufstellung einer Badewanne in der Waschküche und die Regelung der Benutzungszeiten, wenn der Gasbadeofen nicht mehr gebraucht werden kann, und was dergleichen Hilfsmittel mehr sind.

Wir bitten also um Mitarbeit und danken zum voraus!

*Die Redaktion.*

### Werden die Gaswerke durchhalten?

Die neu verfügte scharfe Rationierung des Gases war nicht mehr zu umgehen, nachdem die Kohlenversorgung der Schweiz seit Monaten gestockt hatte und die vorhandenen Vorräte an Steinkohle immer kleiner wurden.

Diese Erklärung war in der Presse übereinstimmend gegeben worden. Gleichzeitig aber wurde auch darauf verwiesen,

dass die Gaswerke seit langem eine Produktionsumstellung vorgenommen hätten, so daß sie nicht allein Kohle, sondern auch Holz, Torf und andere Stoffe entgasen könnten.

Diese Tatsache bringt uns auf den Gedanken, eine bessere Versorgung der Gaswerke und damit der Haushaltungen dadurch herbeizuführen, daß man in vermehrtem Maße Holz

für die Gaserzeugung zur Verfügung stellen würde. Man hat den Eindruck, daß sich in der Schweiz noch größere Mengen *entgasungsfähigen Holzes* aufstreben ließen, ohne daß deswegen zu einem ausgesprochenen Raubbau an unseren Wäldern geschritten werden müßte. Allein durch eine gesunde und verantwortbare Ausforstung wären unter Umständen größere Mengen zu gewinnen, die es den Gaswerken ermöglichen würden, entweder die Gasrationierung dort etwas zu erhöhen, wo die Zuteilung besondere Härten nach sich zieht, oder aber die vorhandenen Vorräte noch weiter zu strecken.

Man wird einwenden, daß es an den notwendigen Arbeits-

kräften fehlt. Das mag zum Teil zutreffen, obgleich gesagt werden muß, daß unsere Soldaten beispielsweise ohne Vernachlässigung der militärischen Interessen vielfach für die Holzgewinnung eingesetzt werden könnten. Dies ganz besonders dann, wenn sie ohnehin in einem waldreichen Abschnitt eingesetzt sind.

Beim zielbewußten und energischen Zusammenfassen aller Möglichkeiten sollten Mittel und Wege gefunden werden, um die so lebenswichtige Gasversorgung sicherzustellen und den Gaswerken das Durchhalten zu ermöglichen. gr.

## Den Gasverbrauch kontrollieren

Die Hausfrauen tun gut daran, den Gasverbrauch täglich zur gleichen Zeit zu kontrollieren, um nicht unliebsame Überraschungen zu erleben. Aus der nachstehenden Tabelle ist die Tages- und Wochenration zu ersehen:

Anzahl Personen	Zuteilung $m^3 = 1000 l$	pro Tag Liter	pro Woche Liter
1	8	258	1606
2	10	323	2261
3	13	420	2940
4	17	548	3836
5	21	677	4739
6	24	744	5208
7	28	903	6321
8	31	1000	7000
9	34	1096	7672
10	37	1193	8351

Mit 100 Liter Gas kann man bei großgestellter Flamme ungefähr zehn Minuten, mit der Sparflamme ungefähr eine Stunde kochen. Der Verbrauch differiert, je nachdem es sich um einen modernen oder um einen ausgebrannten Herd handelt. Man kann aber mit folgendem Mittelverbrauch rechnen: *große Flamme*: 5 Minuten 50 Liter, 10 Minuten 100 Liter, 30 Minuten 300 Liter usw.; *kleine Flamme*: 5 Minuten 8 Liter, 10 Minuten 17 Liter, 15 Minuten 25 Liter, 20 Minuten 34 Liter, 30 Minuten 50 Liter usw.

Wenn man es einmal erlickt hat, macht das Ablesen der Gasuhr keine Mühe. Der Gasmann gibt gerne Anleitung, und beim Gaswerk sind praktische Ablesetabellen erhältlich, wie es auch zu Auskünften zur Verfügung steht.

Wir hoffen gerne, mit dieser Wegleitung den Hausfrauen das Auskommen mit der ihnen zur Verfügung stehenden Gasration erleichtert zu haben. gr.

## Gerichte aus rohen Äpfeln

Noch sind unsere Äpfel wohlschmeckend und saftig und trotz der Lagerung noch reich an (unrationiertem!) Zucker, wertvollen Nährsalzen, Vitaminen und Fruchtsäuren. Aber manchenorts beginnen sie runzlig, braun oder sonst fleckig zu werden und mahnen damit dringend zu möglichst fleißiger Verwendung, damit auch hier *nichts zugrunde geht*. Das soll uns nicht schwer fallen, läßt sich doch aus dem Apfel so manches gesunde, beliebte Gericht bereiten.

Aus folgenden Gründen wollen wir die Äpfel soviel als möglich *roh* und ungeschält genießen, sei es zum Znuni- oder Vesperbrot, zu Beginn einer Mahlzeit, in Müesli oder anderen Rohkostspeisen:

1. Wir sparen Brennstoff.
2. In den rohen Äpfeln ist uns der volle Nährgehalt noch ungeschädigt erhalten. Deshalb sättigen sie schneller und benötigen wir im Verhältnis weniger auf einmal, als von gekochten.
3. Rohe Apfelspeisen benötigen weniger Zucker, da die Früchte erst beim Kochen sauer werden.
4. Sie bewirken auf natürliche Art eine gesunde, geregelte Verdauung, was für unser ganzes Wohlbefinden von Bedeutung ist.

In einigen Rezepten verwenden wir auch Süßmost. Als reiner, unvergorener, zuckerhaltiger Apfelsaft hilft er Zucker sparen. Zu einer «Suppenmahlzeit» bilden die untenstehenden

Apfelgerichte eine erfrischende, wohlschmeckende und nahrhafte Ergänzung.

### Apfelsalat

1 Kilo Äpfel, nach Belieben 1 Handvoll geschnittene Haselnüsse, 4 gestrichene Eßlöffel Zucker oder Birnenkonzentrat, 4 Deziliter Süßmost.

Äpfel waschen, ungeschält vierteilen, Fliege, Stiel und Kernhaus entfernen und Schnitze quer in dünne Scheiben schneiden. Diese lagenweise mit Zucker, eventuell Nüssen, in Glasschale anrichten und mit dem Süßmost begießen. Mindestens 1 Stunde zugedeckt stehen lassen, damit die Äpfel weicher werden, dann servieren.

### Apfelquarkspeise

200 Gramm Speisequark, einige Eßlöffel Milch, 1 Teelöffel Vanillinzucker, 4 gestrichene Eßlöffel Zucker oder Birnenkonzentrat,  $\frac{3}{4}$  bis 1 Kilo Äpfel.

Quark mit Milch, Zucker und Gewürz schlagrahmartig verrühren. Die sauber gewaschenen, von Fliege und Stiel befreiten Äpfel samt Schale und Kernhaus hineinraffeln, vermischen und die Masse in Glasschale anrichten. Die Speise möglichst kurz vor dem Essen bereiten, damit die Äpfel nicht anlaufen. Nach Belieben ein paar geschnittene Nüsse darüber streuen.

Diese nahrhafte Apfelspeise kann zum Beispiel statt einem Apfel nach einer «bodenständigen» Suppe gereicht wer-

den. In diesem Falle Käse oder kleine Fleisch- oder Sojamehlbeigabe weglassen, da Speisequark ein guter und billiger Eiweißspender ist.

Apfelquark schmeckt besonders Kindern sehr gut als Brot aufstrich zum Frühstück, in diesem Fall Gewürze weglassen.

#### Birchermüesli

Pro Person: 2 kleine oder 1 großer Apfel, 1 Eßlöffel Haferflocken mit 2 bis 3 Eßlöffel Wasser 12 Stunden eingeweicht, 1 Eßlöffel gezuckerte Kondensmilch oder Honig oder gewöhnliche Milch, Speisequark, nach Belieben 1 Eßlöffel geriebene Nüsse.

Wasser, Flocken und Kondensmilch zu einer dicklichen Sauce verrühren, den Apfel gut waschen, Blüte und Stiel entfernen, mit der Haut und dem Kerngehäuse unter

kräftigem Druck durch eine Bircherraffel direkt in die Sauce reiben und schon während des Reibens gut unter den Brei mischen. Die geriebenen Nüsse darüber streuen. Das Müesli muß unmittelbar vor dem Essen zubereitet werden.

#### Apfelkuchen mit rohem Apfelbelag

Geriebener Teig: 200 Gramm Mehl, 100 Gramm Speisequark, 50 Gramm Fett oder  $\frac{1}{3}$  bis  $\frac{1}{2}$  Tasse Haushaltungsrahm, Salz, 1 Teelöffel Backpulver.

Mehl, Quark, eventuell Fett fein verreiben und mit den übrigen Zutaten und der nötigen Milch zu einem Teig verarbeiten. Nach dem Ruhens zu blinden Böden backen (oder besser beim Bäcker backen lassen) und kurz vor Gebrauch mit rohem Apfelmus oder Apfelsalat füllen. Nach Belieben bereichern mit Quarkcreme.

## GEMEINNÜTZIGES BAUEN IN ZÜRICH

**Baugenossenschaft «Alpenblick», Siedlung Eugen-Huber-Straße**  
**Pläne und Bauleitung: Architekten Winiger & Thalmann**



**Ernst Graf** GARTENBAU · ZÜRICH 7 · KLOS BACHSTR. 87 · TEL. 32 52 82  
PROJEKTIERUNG · BERECHNUNG · AUSFÜHRUNG VON  
GÄRTEN UND GRÜNANLAGEN · EIGENE BAUMSCHULE

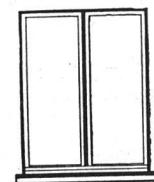
#### Gottfr. MEIER · Gipsergeschäft

*Neubauten - Renovationen*

**ZURICH** Allmendstraße 77    Telephon 45 29 10

**FRITZ GROB & CIE. - ZÜRICH 8**  
*Gips- und Stukkaturgeschäft*

Hegibachplatz · Drahtzugstraße 8  
Telephon 32 06 95



## Fenster

vorteilhaft durch

#### FENSTERFABRIK ALBISRIEDEN AG.

ZÜRICH 9 · Fellenbergstraße 245

**Spenglerarbeiten**  
**Sanitäre Installationen**  
**Bedachungsarbeiten**  
**Reparaturen**

**Genossenschaft für Spengler-, Installations- und Dachdeckerarbeit Zürich**

Zeughausstr. 43 · Zürich 4 · Telephon 23 48 47