Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 22 (1918-1919)

Heft: 1

Rubrik: Nützliche Hauswissenschaft

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: 15.07.2025

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

durch die Welt zu wandern, es braucht wohl Gemüter dafür, die in einem besonders innigen Verhältnis zur Natur stehen, und ein guter, gleichgesinnter Freund als Wandergesell ist für viele ein Gewinn, es darf sogar mehr als einer sein, aber nicht zu viele, sonst liegt die Gefahr nahe, daß der eigentliche, innerliche Zweck dieser Fahrten in die schöne Gotteswelt hinein untergehe im flachen Alltags-Interessentrubel, daß es auf eine bloße Kilometerlauferei, Pässe- und Gipfelfexerei hinauskomme; damit ist die weitere Gefahr verbunden, daß diese unreifen jungen Menschen das für Genießen, für Schauen und Erleben halten und daß diese inhaltsschweren Begriffe so veräußerlicht, verwässert und mißdeutet werden. Sondern wer nicht wenigstens gelegentlich einmal das Bedürfnis hat, allein zu wandern, allein zu sein mit sich und der Welt, der hat den mächtigen Gemütswert, der in solchen Wanderungen liegt, nicht erfaßt. Es gibt ja Leute, die lieber zwei Stunden lang auf einen Begleiter warten, als daß sie eine Stunde weit allein marschierten, nur nicht allein sein, — es sind arme, gefühlsleere und abhängige Menschen, vor deren Schicksal wir unsere Kinder gerade dadurch bewahren sollten, daß wir sie ermuntern, wenigstens nicht aus übertriebener Ängstlichkeit abhalten sollten, sich selbst Fahrtgeselle zu sein in Natur und Leben.

Nützliche Hauswissenschaft.

Allerlei Würz-, Küchen- und Heilkräuter.

Alant, Angelika (Engelwurz), Anis.

Der Alant, Helenenkraut oder Brustalant (Inula Helenium) hat in der Hauptsache medizinischen Wert, für Küche und Tisch kommt er fast gar nicht in Betracht, höchstens liefern die Wurzeln, wie Ingwer überzuckert, einen in manchen Gegenden gern gesehenen Nachtisch, der die Verdauung günstig beeinflußen soll; außerdem bereitet man hier und da aus ihnen unter Zusatz von Most den sogenannten Alantwein. Der Alant ist im östlichen Mittelmeer heimisch, wo er mannshohe Stauden bildet und feuchte Plätze bevorzugt. In Deutschland wird er bei Jena und Cölleda in ziemlich großem Maßab mit Erfolg angebaut. Er liebt tiefgründigen, Feuchtigkeit haltenden Lehmboden, der weder fettig noch naß sein darf, sonst stellt er keine besonderen Ansprüche. Der Boden muß sehr tief bearbeitet werden, da die Pfahlwurzel tief eindringt. Man sät den Alant, der mehrjährig ist und schwer keimt, gleich nach der Ernte und verpflanzt die Keimlinge im darauffolgenden Jahre auf etwa 30 Centimeter Abstand nach allen Seiten; bei Vermehrung durch Wurzelsetzlinge legt man diese im Herbst im gleichen Abstand aus. Anfangs wird selbstverständlich gegossen, später sorgt man nur für Bodenlockerung und -Reinhaltung, damit kein Unkraut aufkommen kann. Um recht brauchbare Wurzeln zu erhalten, bingt man im Herbst des ersten auf die Aussaat folgenden Jahres kurzen Mist oder Kompost auf die Pflanzen, der im Frühjahr leicht untergegraben wird. Im zweiten oder dritten Jahre können die Wurzeln geerntet werden; sie werden zu diesem Zweck im Herbst ausgegraben und nur von der anhängenden Erde gereinigt, keineswegs geschält. Die stärkeren, etwa 3 Centimeter im Durchmesser betragenden Wurzeln werden hierauf gespalten und die geringeren zerschnit-

ten, während die dünnsten und schwächsten als Setzlinge zur Fortpflanzung benützt werden. Alle zum Verbrauch bestimmten sind rasch zu trocknen. Derartig behandelte Wurzeln sind hart und spröde und auf dem Querschnitt mit vielen glänzenden braunen Ölgängen und Kristallen (Alantkampher) durchsetzt. Der Geruch ist eigentümlich gewürzig, der Geschmack anfangs widerlich, dann bitter und gewürzig. Abkochungen davon werden innerlich gegen Hustenreiz gegeben, äußerlich wendet man sie gegen Hautausschlag, Krätze und Räude an.

Angelika, edle Engelwurz, Brustwurzel, Heiligengeistwurzel (Archangelica officinalis), nicht zu verwechseln mit Angelika silvestris (wilde Engelwurz), wird als Medizin, als Gemüse, überzuckert als Nachspeise und besonders häufig zur Likörbereitung (Englischbitter) verwendet. Sie wird also vielseitig benützt. Sie kommt bei uns auf feuchten Wiesen, an Ufern von Flüssen und Bächen, an sumpfigen Gräben und ähnlichen Plätzen vor, hat aber trotz ihres häufigen Vorkommens erst ziemlich spät Verwendung gefunden, während ihr Gebrauch im Norden schon uralt ist. In Norwegen wird sie z. B. bereits im 10. Jahrhundert als Handelsware genannt, in Deutschland erscheint sie dagegen erst im 16. Jahrhundert in den Kräuterbüchern; als Gemüse wird sie überhaupt nur im Norden geschätzt. Angebaut wird sie außer bei Jena und Cölleda, der bekannten Arzneikräutergegend, in Nordbayern, im Erzgebirge und im Riesengebirge.

Die Engelwurz liebt einen kräftigen, frischen, tiefgründigen Boden ohne stauende Nässe. Der Samen wird im Spätsommer an Ort und Stelle auf 30 cm Abstand in 40 cm voneinander entfernte Reihen gesät, nötigenfalls müssen die Pflänzchen im darauffolgenden Frühjahr auf diesen Abstand verdünnt werden. Man kann sie auch auf Saatbeeten heranziehen und auf die angegebene Entfernung verpflanzen; ebenso kann die Vermehrung durch Wurzelsetzlinge vorgenommen werden. Im ersten Jahre bleibt die Pflanze klein und unansehnlich, während sie im zweiten Jahre geradezu ins Riesenmäßige wächst; die Engelwurz kann unter Umständen 4 Meter hoch werden. Natürlich läßt man es dort, wo man auf Wurzeln züchtet, nicht so weit kommen, sondern schneidet das Herz aus, damit die Kräfte ausschließlich dem sich rasch und mächtig entwickelnden Wurzelkörper zugute kommen. Im September werden die Wurzeln gegraben, gewaschen, auf Fäden gereiht und getrocknet; bei kräftigen Stöcken werden die Wurzeln vor dem Aufreihen zu einem Zopf geflochten. Man muß bei diesen Arbeiten sehr vorsichtig sein und die frischen Wurzeln nicht verletzen, da ihr Milchsaft hautreizend ist und unangenehme Anschwellungen verursacht. Die Wurzel ist getrocknet dem Insektenfraß sehr ausgesetzt und muß aus diesem Grund sowie zur Wahrung ihres Geruchs in gutschließenden Blechgefäßen aufbewahrt werden. Sie riecht stark und eigentümlich gewürzhaft, schmeckt anfangs süßlich, später gewürzhaft und bitter. Frisch wird sie auch zur Herstellung von ätherischen Ölen verarbeitet. Außer den Wurzeln verwendet man auch den Samen zur Likörherstellung; daß das Kraut und die weichen Stengel als Gemüse im Norden (Norwegen, Island) geschätzt ist, wurde bereits erwähnt. In Frankreich wird die Engelwurz namentlich zur Herstellung von kandierten Stengeln angebaut, die als magenstärkendes, verdauungsförderndes Kompott geschätzt werden. Die Stengel werden, wenn sie im Mai oder Juni 40—50 cm hoch sind, abgeschnitten, geschält, in finger-

lange Stücke geschnitten und in kochendes Wasser geworfen, wo sie in wenigen Minuten weich werden. Man läßt das Wasser darauf in einem Sieb ablaufen und bringt die Stengel in einen Kessel mit abgeschäumtem Zucker, wo sie bei gelindem Feuer 10—12 mal aufkochen müssen. Hierauf werden sie ausgeschöpft, in die bereitstehenden Einmachgläßer getan und wie alles andere Eingemachte behandelt.

Der Anis oder Enis (Pimpinella Anisum) wird zwar nicht so vielseitig wie die Engelwurz benutzt, ist aber bekannter und findet mancherlei Verwendung als Tee, Gewürz usw. Er ist im östlichen Mittelmeer heimisch und wird in Thüringen, Sachsen und Nordbayern in größeren Mengen angebaut, außerdem sehr häufig in Rußland, ferner in Spanien, Frankreich, Griechenland, der Türkei u.s.w. Man unterscheidet im Handel den russischen und den großkörnigen Erfurter. Der Anis ist einjährig und liebt einen sandigen, lehm- oder mergelhaltigen, etwa 30 cm tief gelockerten Boden in warmer, sonniger Lage. An den Nährstoffgehalt stellt er keine hohen Ansprüche. Der Samen wird im März breitwürfig dünn oder in Reihen von 30 cm Entfernung ausgesät, die Pflanzen nach dem Aufgehen auf 20 cm Abstand verdünnt. Er macht nicht viel Arbeit, nur ist der Boden unkrautfrei zu halten, da infolge des langsamen Keimens und späten Aufgehens des Samens (etwa 3—4 Wochen) und der geringen Anfangsentwicklung der Pflanzen eine Überwucherung leicht erfolgen kann. Die Blüte beginnt etwa zwei Monate nach dem Aufgehen der Saat und dauert 2—3 Wochen, während der der Anis ziemlich empfindlich gegen schroffen Witterungswechsel ist. Die Reife tritt August bis September ein. Sobald die Samenstengel gelb werden und der Same sich bräunt, werden die Stengel abgeschnitten und zum Nachreifen aufgestellt; später wird der Samen ausgedroschen oder ausgeklopft. Da die Mitteldolden vorzeitig reifen, empfiehlt es sich, wenigstens in kleineren Verhältnissen, diese vorher auszuschneiden und besonders zu behandeln. Der Samen behält seine Keimkraft mehrere Jahre.

Außer dem Samen, der zum Würzen von Backwaren, Gurken, Kürbis usw. sowie zur Herstellung von Brusttee benutzt wird, können auch die Spreu und die Stengel des Anis zur Ölgewinnung verwertet werden, wodurch der Nutzen des Anbaus nicht unbedeutend erhöht wird. Anis mit Fenchel zu Tee gemischt und Anis mit Milch gekocht, sind sehr beliebte Volksheilmittel gegen Kolik, Leibschneiden und ähnliche Beschwerden des Unterleibes.

Redaktion: Dr. Ad. Vögtlin, in Zürich 7, Asylstr. 70. (Beiträge nur an diese Adresse!)
Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden.
Druck und Expedition von Müller, Werder & Co., Schipfe 33, Zürich 1.

Insertionspreise
für schweiz. Anzeigen: 1/1 Seite Fr. 120.—, 1/2 S. Fr. 60.—, 1/3 S. Fr. 40.— 1/4 S. Fr. 30.—, 1/8 S. Fr. 15.—, 1/16 S. Fr. 7.50;
für Anzeigen ausländ. Ursprungs: 1/1 Seite Fr. 150.—, 1/2 S. Fr. 75.—, 1/3 S. Fr. 50.—, 1/4 S. Fr. 37.50, 1/8 S. Fr. 18.75, 1/16 S. Fr. 9.40.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.