La choucroûte en salade

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **44 (1936)**

Heft 2

PDF erstellt am: **27.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-973280

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

sorbant de l'oxygène nécessaire à la respiration et, de ce fait, provoquant éventuellement des accidents. Il faut donc que cette quantité d'oxigène pour la combustion vienne de l'extérieur. Pour cela, les salles de bains doivent être pourvues d'un système de ventilation parfait. Il est recommandé qu'une prise d'air, donnant à l'exterieur, se trouve à hauteur du sol de la salle de bains, et une autre à hauteur du plafond, assurant ainsi un renouvellement constant de l'air.

Quoique cela paraisse invraisemblable, on trouve des cheminées employées pour l'échappement des gaz produits par le chauffe-bain qui sont absolument inutilisables à cette fin. Il est arrivé plusieurs fois que des cheminées étaient à ce point étroites qu'elles s'obstruaient pour l'une ou l'autre raison et emplissaient la salle de bains de gaz nocifs que, théoriquement, elles auraient dû évacuer provoquant ainsi des accidents.

Il en est ainsi dans bien des domaines de la vie courante: de petites négligences qui, à première vue, paraissent sans importance, peuvent provoquer des accidents graves et inattendus.

(Communiqué par le Secrétariat de la Ligue des Sociétés de la Croix-Rouge, 2, Avenue Vélasquez, Paris, VIIIe.)

La choucroûte en salade.

Grâce à la fermentation que subit le chou lorsqu'il est mis en saumure, la choucroûte exerce sur l'intestin une action désinfectante remarquable. Très apprécié sous la forme traditionnelle — quoique un peu indigeste — de choucroûte garnie, ce mets est moins connu comme *salade* crue, procédé qui lui garde toute sa vertu purifiante et ses ferments efficaces, ce qui en fait un tonique des voies digestives, un antidote de la constipation et même un remède contre les rhumatismes. Il est préférable de ne pas la laver, si on est sûr de sa provenance. Pour la consommer, on la désagrège, puis on la passe au hâchoir. Une bonne vinaigrette, sans sel, mais avec oignon, ail, cumin, la rend délicieuse, et cela d'autant plus qu'on la mélange avec quelques feuilles d'épinards hâchés ou de la doucette. Une cuiller d'huile bouillante jetée par dessus au moment du repas, la rend moins froide au goût.

Le cresson, verdure salubre du printemps.

Crudité d'un brillant vert émeraude, le *cresson de fontaine* apparaît sur nos marchés dès les premiers beaux jours. C'est une herbe très bienfaisante et fort précieuse pour nos santés par la grande quantité de chlorophylle qu'elle contient.

Très apprécié déjà dans l'antiquité, non seulement comme condiment, mais surtout pour ses vertus curatives, le cresson n'est pas désavoué de nos jours par la thérapeutique moderne. On lui reconnaît, outre un principe amer et piquant qui stimule l'appétit, encore du fer, de l'iode, du phosphore et des huiles sulfo-azotées. C'est donc dire que cette plante a une action heureuse sur l'organisme et qu'on peut à tour l'utiliser comme apéritive, expectorante, diurétique, anti-scorbutique et dissolvante.