Objekttyp: **Issue**

Zeitschrift: **Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht**

Band (Jahr): **8 (1901)**

Heft 8

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht.

Herausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von Frau E. Coradi-Stahl in Zürich.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Bäckerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen. — Insertionspreis: Die einspaltige Petitzeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 8. VIII. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 22 Nummern. | **Zürich,** 27. April 1901.

Ein stilles Herz.

Ihr strebet nach des Glückes Sonnenglut
Und schaut mit heißem Sehnen himmelwärts,
Doch eh' ihr bittet um ein ander Gut,
Erfleht vor allem euch „ein stilles Herz".

Ein stilles Herz blickt freundlich in die Welt,
Es fordert nicht, nennt seine Wünsche kaum;
Doch während es ein leiser Seufzer schwellt,
Naht oft Erfüllung, lächelnd, seinem Traum.

Ein stilles Herz, trifft es des Kummers Qual,
Wird nicht von ihm vergiftet und verzehrt;
Des Schmerzes Pfeil ist ihm ein Feuerstrahl,
Der es zugleich verwundet und verklärt.

Ein stilles Herz hat einen reichen Schatz,
Zwar scheint es wohl dem Ehrgeiz eng und klein,
Doch wird in seinem heitern Himmel Platz
Zur Liebe für die ganze Menschheit sein.

Ch. Nostitz von Jänkerdorf.

Hauswirtschaftliche Ausbildung unserer Mädchen.

Eine gute, allgemeine und berufliche Ausbildung ist das beste Kapital, das wir unsern ins Leben hinaustretenden Kindern mitgeben können. Diese Ansicht ist allmählich tief ins Bewußtsein unseres Volkes gedrungen und deshalb sehen wir, wie überall ein edler Wetteifer in der Hebung unserer Volksschulen und in der Schaffung und Förderung besonderer Berufsschulen stattfindet. Kaum einen Beruf giebt es mehr, wo nicht der Jüngling in einer gut organisierten Berufsschule zu seinem Handwerk vorbereitet werden kann und Bund, Kantone und Gemeinden stellen zu diesem Zwecke ihre Mittel zur Verfügung.

Und das Mädchen? fragte man sich; soll dieses denn nach wie vor sich selbst überlassen bleiben, oder hat nicht auch das Mädchen Anspruch darauf, sich in Schulen zu einem bestimmten Beruf ausbilden zu dürfen?

Heute sind wir glücklich, konstatieren zu können, daß auch für die praktische und berufliche Ausbildung der Mädchen erfreuliches geleistet wird und daß die Behörden ihre kräftige Unterstützung dazu gewähren.

Ganz besonders hat man eingesehen, daß die Kenntnis alles dessen, was zu der tüchtigen Führung eines Haushaltes gehört, nicht nur nebenbei erworben wird, sondern daß dies ein schwieriger, verantwortungsvoller Beruf ist, der wie jeder andere erlernt werden muß.

Von dieser Ueberzeugung ausgehend, hat es der schweizerische gemeinnützige Frauenverein unternommen, Haushaltungs- und Dienstbotenschulen zu gründen, wo sich die jungen Mädchen allseitig in der Hauswirtschaft ausbilden können und heute besteht im ganzen Land herum eine Reihe solcher Schulen, auf deren tüchtige Leistungen und glücklichen Erfolge man mit Stolz blicken darf.

Wohl werden jedes Jahr viele junge, kaum der Schule entlassene Mädchen auch im Dienste bei tüchtigen, wohlmeinenden Hausfrauen in allen Arbeiten des Haushalts und der Küche eingeführt. Aber nicht allen bietet sich diese günstige Gelegenheit. Da sollten verständige Eltern ihre Töchter in eine der Haushaltungsschulen zu Stadt oder Land schicken, damit sie sich im Beruf allseitig ausbilden und nach verhältnismäßig kurzer Lehrzeit in den Stand gesetzt sind, in guter Familie schön bezahlte Anstellung zu erhalten.

Diese Zusicherung kann getrost gegeben werden angesichts der Thatsache, daß die Haushaltungs-

und Dienstbotenschulen den vielen Nachfragen nach austretenden Schülerinnen nicht zu genügen vermögen.

Mag das Mädchen auch einen andern Beruf erwählen oder später einen eigenen Hausstand gründen — immer, in jeder Lebensstellung, werden ihm die in der Haushaltungsschule erworbenen Kenntnisse zu statten kommen und ihm zu sicherer Existenz und schönem Verdienst verhelfen.

Wir können allen denjenigen, welchen die Erziehung junger Mädchen anvertraut ist — den Eltern, Pflegeeltern, Vormündern, Armenbehörden und Armenerziehungsvereinen, Pfarrern, Lehrern und Lehrerinnen — nicht genug ans Herz legen: helft uns dafür sorgen, daß immer mehr Mädchen durch den Besuch der Haushaltungsschulen die so günstige Gelegenheit ergreifen, um sich zu tüchtigen Dienstboten auszubilden; helft die thörichten Vorurteile beseitigen, welche immer noch den Dienstbotenberuf als einen Beruf geringerer Gattung hinstellen. Ueberzeugen wir die jungen Mädchen, daß der Dienstbotenberuf immer mehr geachtet und geschätzt wird und daß durch die öffentliche Anerkennung und Prämierung treuer Dienstboten, wie sie vom schweizer. gemeinnützigen Frauenverein durch die ganze Schweiz organisiert ist, der Dienstbotenstand mehr und mehr gehoben wird. Führen wir den Mädchen eindringlich vor, welche Schattenseiten die Welschlandläuferei hat und daß erst dann der rechte Zeitpunkt, in die Fremde zu ziehen, gekommen ist, wenn das Mädchen, gestützt auf seine Kenntnisse, auch seine Ansprüche stellen darf.

Ihr Eltern, die Ihr gern den Dienstbotenberuf als zu schwer und anstrengend ansehet, laßt es Euch gesagt sein, daß es keinen Beruf giebt, der gesünder ist und der den natürlichen Anlagen des Mädchens besser entspricht, als die abwechslungsreiche Thätigkeit in einem Hauswesen und daß das Leben in einer rechtschaffenen Familie auch für die Bewahrung der sittlichen Reinheit des Mädchens die beste Gewähr bietet.

Wir lassen hier das Verzeichnis einer Anzahl Haushaltungsschulen, welche sich speziell mit der Ausbildung von Dienstboten befassen, folgen. Auf Anfragen werden die Vorsteherinnen immer bereit sein, jede gewünschte nähere Auskunft zu erteilen.

Haushaltungs- und Dienstboten-schule in Bern, Zähringerstraße 14. Anmeldung an Frl. B. Trüssel, Präsidentin.

Haushaltungs- und Dienstboten-schule in Boniswyl (Hallwylersee). Anmeldung an die Vorsteherin der Schule.

Haushaltungs- und Dienstboten-schule in Freiburg (Schweiz). Anmeldung an Frau Keller, Vorsteherin.

Haushaltungs- und Dienstboten-schule in Lenzburg. Anmeldung an die Vorsteherin.

Haushaltungsschule in St. Gallen, Sternenackerstraße 7. Anmeldung an die Vorsteherin.

Haushaltungsschule „Schönbühl" in Weggis (Vierwaldstättersee). Anmeldung an die Vorsteherin.

Zur Haarpflege.

Was muß man thun, um die Haare gesund zu erhalten und vor Ausfall zu bewahren, ist eine Frage, die oft von Seite der Frauen gestellt wird.

Fürs erste ist es dringend nötig, die Kopfhaut reinzuhalten, sodann abzuhärten, indem man sie dem wohlthätigen Einfluß von Luft und Licht aussetzt und drittens im Falle der Haarausfall auf einer Konstitutionsschwäche beruht, zu ihrer Beseitigung eine den ganzen Organismus kräftigende naturgemäße Stärkungskur auszuführen.

Was die eigentliche Haarpflege anbelangt, so merke man sich zunächst folgendes: Je weicher das Haar ist, desto sorgfältiger muß es behandelt werden. Namentlich Mütter mögen es sich für ihre Kinder merken, daß diese, wenn sie weiches Haar besitzen, auch zugleich eine feinere und reizbarere Kopfhaut haben, und daß, wenn bei Kindern nicht von frühester Jugend an eine zweckmäßige Behandlung des Haares stattfindet, diese für die Zukunft schwaches Haar behalten werden, ja sogar frühzeitige Kahlköpfigkeit zu erwarten haben. Zum Glätten des Haares sind ausschließlich weiche Kämme mit stumpfen Zähnen, sowie weiche Bürsten zu verwenden.

Harte Bürsten und enge spitze Kämme verletzen die Kopfhaut und reißen gesundes Haar aus; deshalb sind besonders die „patentierten" Stahldrahtbürsten zu verwerfen.

Vor allem darf eine zeitweise gründliche Reinigung der Kopfhaut, resp. des Haarbodens nicht verabsäumt werden. Jeden Monat sollte dies etwa zwei Mal geschehen, am besten am Abend kurz vor dem Schlafengehen, da man sich aus Mangel an Gelegenheitsursachen dann nicht so leicht erkältet. Man verwende zum Kopfwaschen nur die mildeste, völlig alkalifreie Seife. Sehr beliebt als Haarreinigungsmittel ist das Eigelb. Man wendet es am zweckmäßigsten in der Weise an, daß man Eidotter mit etwas Wasser zusammenquirlt, mittelst eines Flanellappens auf's Haar und die Kopfhaut aufträgt und mit lauem Wasser nachspült, bis das Wasser völlig rein und ungetrübt bleibt. Ein weiteres vorzügliches, mildes Kopfwaschmittel ist das folgende: Ein Eßlöffel voll Weizen- oder Roggenkleie wird in einen Topf kochenden Wassers gethan. Die Kleie läßt man ungefähr 5 Minuten lang aufkochen. Die Abkochung wird sodann durch ein Tuch geseiht und lauwarm oder kalt als Waschmittel verwendet. — Nach jeder Abwaschung fette man das Haar ein, dieses Einfetten darf auch

sonst bei trockenem Haar wöchentlich ein- oder zweimal stattfinden. Hierzu sind die einfachsten Mittel die besten. Alle noch so teuren Essenzen und Pomaden unter den mannigfaltigsten Namen mit glänzenden Etiquetten und komplizierten Gebrauchsanweisungen sind zu verwerfen. Denn nicht allein, daß alle diese Dinge meist ohne Ueberlegung und im Uebermaß in das Haar gestrichen werden, sondern viele dieser Pomaden und Essenzen enthalten auch die schädlichsten Gifte. Da das Haar auf animalischem Boden wächst, so muß auch zu seiner Nahrung animalisches Fett genommen werden; dasselbe muß aber völlig frisch und frei von allen scharfen Essenzen sein; eine solche gute Pomade läßt sich mit Leichtigkeit aus Rindermark oder dem ausgeschmolzenen Klauenfett herstellen. Dasselbe wird in siedendem Wasser mehrfach und so oft geschmolzen, bis alle unreinen Stoffe ausgeschieden sind; ein ganz kleiner Tropfen Rosenöl genügt, um eine ziemlich große Menge dieser gereinigten Haarnahrung leicht zu parfümieren.

Die Ernährung muß dem Haare dann zugeführt werden, bevor dasselbe geordnet wird. Die eben bezeichnete Pomade löst sich in der warmen Hand und sie muß vorzugsweise in die Kopfhaut eingerieben werden, damit sie in die Haarwurzeln eindringt, dann aber abermals mit weichen Bürsten sorgfältig verteilt werden, bis man nichts mehr davon bemerkt, als einen leicht glänzenden Schimmer.

Behandelt man den Haarboden in dieser Weise, daß man die Kopfhaut regelmäßig wäscht, so verlieren sich die sogenannten Schuppen — Abschilferung der Kopfhaut — von selbst.

Möglichst zu vermeiden ist alles Brennen der Haare, denn es ist zu befürchten, daß durch die Einwirkung des heißen Eisens das Haar verdorrt.

Das Haar beim Kämmen mit Wasser zu befeuchten, ist nicht ratsam. Das Haar wird dadurch sehr trocken, verliert Farbe und Glanz, wird streifig und erhält einen unangenehmen Geruch, abgesehen davon, daß man sich durch die Anfeuchtung leicht Erkältungen zuziehen kann.

Haarfärbemittel wirken immer schädlich. Will man sich trotzdem ihrer bedienen, so wähle man wenigstens solche, die keine Blei-, Kupfer- Höllenstein-, Aetzkali- und Ammoniakzusätze enthalten.

Frauenhaar soll, um es gesund zu erhalten, jeden Abend, vor dem Zubettegehen gekämmt, gebürstet, leicht zusammengebunden und dann mit einem Netz bedeckt werden. Das Tragen einer Nachthaube ist vom hygienischen Standpunkt aus zu verwerfen, da es die Ausdünstung der Kopfhaut verhindert.

Viel gesündigt wird durch eine ungeeignete Frisur der Schulmädchen. Die Zeit am Morgen, vor Beginn der Schule ist oft knapp. Da werden nun die Haare eilig und oft mit wenig Sorgfalt zusammengesteckt und bei dieser Behandlung reißen viele Haare ab. — Reicht die Zeit, mit Sorgfalt einen Zopf zu flechten, nicht aus, so schneide man das Haar lieber kurz.

Wie im allgemeinen, so ist allzu festes Schnüren und Binden besonders bei dünnem Haar zu vermeiden. Das Raufen an den Haaren, wobei häufig ganze Büschel mit den Zwiebeln ausgerissen werden, bedarf als einer Rohheit nicht erst besonderer Verurteilung. Manche Mütter versündigen sich hierbei unverantwortlich an ihren Kindern, die sie im Zorne an den Haaren zerren.

Das hauptsächlichste Mittel aber, schönes Haar gesund zu erhalten, ist die strenge Befolgung einer naturgemäßen körperlichen und geistigen Diät.

(Aus „Gesunde Kinder — Gesunde Frauen".)

Zwölf Gesundheitsregeln.

In der „Zukunft" äußert sich Herr Prof. Dr. Ernst Schweninger über die Beziehungen zwischen Arzt und Patient. Der Arzt kann nichts anderes thun, als das mehr oder minder defekti Individuum nach bestem Wissen und Gewissen behandeln. Immerhin kann er auch ein paar allgemeine Ratschläge erteilen. Mich hat die Erfahrung die folgenden Leitsätze schätzen gelernt:

1. Schafft euch einen gesunden, genuß- und arbeitsfähigen Körper, übt ihn, aber überanstrengt ihn weder im Genuß noch in der Arbeit.

2. Fürchtet nicht den Exzeß, aber seine zur Gewohnheit werdende Wiederholung.

3. Macht euch frei und hütet euch vor der Schablone.

4. Liebt den Mut und haßt die Aengstlichkeit.

5. Fürchtet nicht die „Feinde" von außen (Bazillen, Witterungseinflüsse 2c.), sondern wappnet euren Körper gegen ihren Einfluß und ihren Einbruch.

6. Hütet euch am meisten vor den eigenen Fehlern.

7. Glaubt nicht, daß euch Gesundheit oder Genesung geschenkt wird, sondern wißt, daß sie erarbeitet werden wollen.

8. Helft dem Arzt also bei seiner Arbeit, wie ihr hofft, daß er euch helfe.

9. Vergeßt nie, daß es hauptsächlich auf euch ankommt, daß euer Körper das Instrument ist, auf dem der Arzt in Tagen, wo es euch schlecht geht, spielt.

10. Meidet die Gewohnheit!

11. Strebt nach körperlicher und seelischer Harmonie!

12. Lernt euch selbst erkennen, kritisieren, disziplinieren!

Auch diese Sätze werden den Tod nicht bannen, das Leben nicht über die natürliche Grenze hinaus verlängern. Wer sie befolgt, darf aber hoffen, nicht eher vom Lichte scheiden zu müssen, als bis in weiser, zurückgezogener und nicht knauseriger Lebensökonomie der letzte Rest seiner Kraft verbraucht ist.

Wohlschmeckende kalte Gerichte für den Abendtisch.

(Von Amalie Haupt. — Aus „Küche und Haus".)

Unerwarteter Besuch zum Abendessen macht der Hausfrau oft Kopfzerbrechen, namentlich Sonntags, wenn die Läden geschlossen sind, oder gar auf dem Lande, wo nicht immer kalter Braten oder feiner Aufschnitt zu haben ist. Es lassen sich aber aus etwa vorhandenen Vorräten, wie Kartoffeln, sauren Gurken, Käse und Eiern so wohlschmeckende Gerichte zusammenstellen, die noch dazu den Vorzug der Billigkeit haben.

Ein sehr beliebtes Gericht ist der Kartoffelsalat. Dieser wird folgendermaßen bearbeitet: Möglichst kleine Kartoffeln (ungefähr ein gehäufter tiefer Teller voll) kocht man mit der Schale und schneidet sie in feine Scheibchen, ebenso zwei saure Gurken. Nun mengt man eine kurze dicke Sauce für den Salat, indem man zuerst ein rohes Eigelb mit 3 – 4 Eßlöffel Provenceröl verrührt (das Oel läßt man unter stetem Umrühren in ganz dünnem Strahl in die Schüssel laufen). Nach und nach fügt man noch 2 Theelöffel voll Senf, 1/2 Tasse voll nicht zu scharfen Essig und einen Eßlöffel voll feingehackte Petersilie dazu. Diese Sauce wird nun gut mit den Kartoffeln und Gurken vermischt; sie darf nicht zu lang sein und den Salat nicht zu naß machen. Sehr zum guten Geschmack trägt es bei, wenn der Salat 2 – 3 Stunden in der Sauce ziehen kann. Verziert wird die Platte rings herum mit Eierstückchen; man schneidet dazu hartgekochte Eier der Länge nach einmal und dann jede Hälfte noch dreimal auseinander, zwischen jedes Stückchen legt man eine Gurkenscheibe.

Weiche Eier können mit einer Hand voll Zwiebelschalen gelb gefärbt und vielleicht auf einer grünen Majolikaschüssel serviert werden.

Harte Eier schneidet man der Länge nach auf, entfernt die Schale, legt sie in zwei Reihen nebeneinander auf eine längliche Schüssel und bestreut sie ein wenig mit klein geschnittenem Schnittlauch.

„Illustrierte Gurken" sind ein bei Herren sehr beliebtes Gericht; übrige Bratenreste, die man nicht mehr in größere Stücke schneiden kann, lassen sich dabei prächtig verwenden. Man nimmt längliche, möglichst gleichmäßige Gurken, schält das Kernhaus heraus und legt dann die Bratenreste, in kleine, schmale Streifchen geschnitten, hinein. Sie werden mit etwas Senf bestrichen und mit Pfeffer und Salz bestreut; dann schneidet man gut gewässerte Sardellen in Streifen, hartgekochte Eier in Scheiben, legt zuerst die Eier, dann die Sardellen über das Fleisch und bestreut die Gurken zuletzt mit kleinen, niedlichen Perlzwiebeln und Kapern.

Rettichsalat, fein geschnitten oder gehobelt, der einfach mit Salz bestreut und dann zwischen zwei tiefen Tellern geschüttelt wird, sieht sehr einladend aus, wenn man ihn rings um den Rand der Platte oder Schüssel mit möglichst gleich großen Radieschen, an welchen noch kleine, grüne Schwänzchen sitzen, garniert: ebenso

Rotkrautsalat — zu welchem das fein gehobelte Kraut erst im Salzwasser abgebrüht wird — mit einem Kranz von kleinen weißen Rettichen; dieser Salat wird mit wenig feingehackter Zwiebel, Essig, Oel, Pfeffer und Salz gemischt.

Butterbrot kann auch in appetitlicher Weise bereitet werden. Je eine Schnitte Weiß- und Schwarzbrot wird, dick mit Butter bestrichen, auf einander gelegt. (Oder nur Weißbrot mit Anchovisbutter, die rote Farbe derselben sieht sehr einladend aus.) Nach Bedarf teilt man immer 10 Schnitten quer in Streifen und legt sie gefällig auf einem großen Brotteller aus. Man vermeidet dadurch die vielen Butterreste, die zum Bedauern der Hausfrau so oft auf den Tellern zurückbleiben.

Ein Käseteller mit verschiedenen Sorten Käse belegt, macht den Beschluß. Am besten nimmt man hierzu eine grüne Majolikaplatte; die Mitte nimmt eine kleine Pyramide von Butterkügelchen ein, die man leicht zwischen den mit kaltem Wasser befeuchteten Händen drehen kann. Obenauf steckt ein kleines Petersiliensträußchen, ringsum legt man zuerst einen Kranz von Radieschen, dann Käsescheiben — vielleicht zweierlei Sorten — in 4 bis 6 Gruppen, auf jede als Mittelstück ein Stückchen Käse in Staniol gewickelt. Hiezu reicht man Weißbrötchen und Schwarzbrot.

Dergleichen pikante Gerichte werden von jedem gern gegessen und bieten immer eine hübsche Abwechslung für den Abendtisch.

Goldrahmen aufzufrischen. Wenn an Goldrahmen das Holz zum Vorschein kommt, bestreicht man dasselbe, soll es mattgold sein, mit gelber Oelfarbe, läßt diese etwas trocknen und tupft mit Watte Goldstaub darauf, welcher in jeder Droguen-Handlung käuflich ist. Poliert gewesene Stellen bestreicht man mit flüssigem Gummiarabikum und überlegt sie mit Schaumgold, welches man mit Watte fest darauf drückt. Man kann den Rahmen auch auf folgende Weise auffrischen: Man bestreicht ihn mit Sikkativlack, auf den man, ist er halb eingetrocknet, mit einem reinen Pinsel Strichgold aufträgt.

Um die Schwabenkäfer zu vertreiben, vermischt man 100 Gr. Borax mit 150 Gr. gestoßenem Zucker und 150 Gr. Hafermehl. Diese Mischung streut man in alle Ritzen und Spalten des Herdes, der Mauer, Wänden, überhaupt in alle verborgenen Winkel der Küche. Man kann auch zwei Liter geschabte Kartoffeln kochen und zerstoßen, indem man sie mit frischer Milch verdünnt,

um einen Brei herzustellen. Man mischt einen Löffel voll Weizen- und Kornmehl und für 20—40 Cts. Borax bei und rührt das Ganze gut durcheinander. Man wendet dieses Mittel, wie oben erwähnt an und zwar zwei bis drei Abende hintereinander und die Schwaben werden sicher verschwunden sein.

Um fettig gewordene Hutleder zu reinigen, nehme man 10 Teile Wasser und 1 Teil Salmiakgeist. Mit dieser Mischung wasche man das Leder unter Anwendung eines Schwammes oder einer Bürste. Das Fett wird sich auflösen und das Leder ganz rein erscheinen. Auch fettig gewordene Rockkragen können auf diese Weise gereinigt werden.

Seidene Bänder legt man zur Reinigung in Benzin, reibt sie dann auf einem Tuche mit einem Läppchen fest ab und glättet sie auf der Rückseite. Zum Glätten legt man wieder ein leichtes Tuch darauf.

Reinigen von Goldspitzen und -Fransen. Man legt sie ebenfalls in ein trockenes Tuch, bürstet dasselbe mit reinem Spiritus, bis es ganz durchfeuchtet ist und glättet die Gegenstände dann auch in einem reinen trockenen Tuche.

Speisezeddel für die bürgerliche Küche.

Montag: Weiße Mehlsuppe, Schweinspfeffer, Schwarzwurzeln, Orangenmehlspeise.
Dienstag: Luftsuppe, Lungenragout, Käsknöpfli, Nüßligemüse.
Mittwoch: Erbssuppe, *Maccaronipastete (mit Ragout), *Jägersalat, *aufgezogener Eierkuchen.
Donnerstag: Klare Fleischsuppe, *gefüllte Kalbsbrust, *Radieschen als Gemüse, Obsttörtchen.
Freitag: *Suppe à la Faubonne, Stockfisch, Kartoffelsalat.
Samstag: Frühlingssuppe, Gulasch mit gebratenen Grieswürfeln, gebranntes Apfelmus.
Sonntag: *Marinierte Forellen, *Filetbraten, neue gebratene Kartöffelchen, Kopfsalat, *Reispudding.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden.

Koch-Rezepte.

Suppe à la Faubonne. Ein Kopfsalathäuptchen wird gelesen und die Blätter ebenso wie eine Handvoll Sauerampfer und etwas Sellerie in nudelförmige Streifchen geschnitten, die man nebst einigen, in siedendem Wasser aufgekochten kleinen Zwiebeln in Butter weichschwitzt, mit der nötigen Menge guter Fleischbrühe eine Viertelstunde durchkocht und nebst gerösteten Semmelwürfeln aufgiebt.

Marinierte Forellen. Die geschuppten, ausgenommenen und gewaschenen Fische werden mit Salz eingerieben eine Stunde hingestellt, dann abgetrocknet, mit Oel oder Butter bestrichen und unter wiederholtem Bestreichen auf dem Roste gebraten, nach dem Erkalten mit dazwischengestreuten Lorbeer- oder Rosmarinblättern, Pfefferkörnern Zitronenscheiben und etlichen Nelken in einen großen Steintopf oder eine Terrine geschichtet, bis das Gefäß voll ist, worauf man abgekochten guten Weinessig nach dem Erkalten darübergießt und das Gefäß gut zubindet; damit keine Luft zudringen kann, schüttet man am besten noch etwas Oel oben darauf. Oder man legt die gebratenen Forellen nach dem Auskühlen ohne alles Weitere in das Gefäß und kocht die Marinade von halb Weinessig, halb Weißwein mit einigen geschälten Chalotten, Lorbeerblättern, Salz, Pfefferkörnern, Nelken, Zitronenschale nebst einem Bündel Estragon, Salbeiblättern und Majoran, läßt sie kalt werden und gießt sie über die Fische, so daß dieselben gerade davon bedeckt sind.

Filetbraten. Für 1 Kilo Filet wird in einer passenden Pfanne 2—3 Eßlöffel Fett heiß gemacht, das Fleisch hineingelegt von allen Seiten gelb gemacht (eine Art Kruste), eine in Scheiben geschnittene Zwiebel, eine gelbe Rübe dazu gelegt, so lange im Bratofen gebraten, bis die Gemüse eine braungelbe Farbe erhalten. Man feuchtet leicht an mit Jus oder Fleischbrühe. Der Dampf muß entweichen. Das Fleisch darf nie ganz zugedeckt werden, sofern man dasselbe nicht im Ofen braten kann. Für ein Kilo Filet rechnet man 35—40 Minuten Zubereitungszeit.

Gefüllte Kalbsbrust. In die richtig geöffnete Kalbsbrust giebt man folgende Fülle: Für 2 Kilo Fleisch weicht man zwei altbackene Weißbrötchen in lauwarme Milch ein, drückt sie fest aus, zerreibt und dämpft sie in 40 Gramm süßer Butter, gibt 2—3 ganze Eier, Salz, Muskatnuß, eine kleine feingewiegte Zwiebel und etwas Schnittlauch und Petersilie hinzu, rührt es gut durch, füllt ein, näht die Oeffnung zu und behandelt das Fleisch wie einen gewöhnlichen Kalbsbraten. Zur Fülle kann man beliebig Bratwurstfleisch, mit Gewürzen (wie Coriander) durchknetet, nehmen. Ebenso wird eine Abwechslung erzielt, indem man statt 2—3 rohe Eier 2 feingewiegte hartgesottene und 1 rohes Ei nimmt.

Die gefüllte Kalbsbrust kann auch in wenig Fleischbrühe gesotten werden.

Radieschen als Frühjahrsgemüse. Dazu wählt man am besten etwas größere gelbe Radieschen. Dieselben werden geschabt, in feine Scheibchen geschnitten, in Salzwasser kurz gebrüht und in einer Süßbuttersauce 15—20 Minuten weich gekocht. Beim Anrichten wird ein Löffel gehackte Petersilie und ein Güßchen „Maggi" beigefügt. Dieses Gemüse ist sehr zart und schmackhaft und bringt in der gegenwärtig gemüsearmen Zeit willkommene Abwechslung auf den Tisch.

Aufgezogener Eierkuchen. 3 Kochlöffel Mehl werden mit einem halben Liter Milch glatt gerührt, 6 Eigelb und Salz fest damit verklopft und dann der Schnee der Eier dazugegeben. In gebutterter Form wird die Masse im Ofen gebacken.

Grüner Eierkuchen wird wie oben gemacht, und kommt 1—2 Handvoll feingewiegter, in Butter gedämpfter Spinat oder Sauerampfer, oder Kerbel darunter. Petersilie kann ebenfalls verwendet werden.

Jägersalat. Eine gekochte Selleriewurzel, eine gelbe Rübe, einige Kartoffeln, Reste von Rind-, Schweine- oder Kalbfleisch werden in kleine Würfel geschnitten. Ferner kommt dazu eine gewiegte Zwiebel und zwei hartgekochte, feingeschnittene Eier. In der Saladière wird Essig, Oel, Senf mit etwas Fleischbrühe, Pfeffer und Salz nebst feingewiegter Petersilie oder Schnittlauch gut zusammengerührt, obiges beigegeben und gut vermischt.

Maccaronipastete. Man siedet 250 Gramm in fingerlange Stückchen gebrochene Maccaroni in Salzwasser weich, läßt sie ablaufen und schwenkt sie nebst 250 Gr. Butter, 250 Gramm geriebenem Parmesankäse, ein wenig Salz und weißem Pfeffer gut über dem Feuer durcheinander, bis Butter und Käse zergangen und in die Maccaroni eingedrungen sind. Hierauf legt man eine Pastetenform mit Blätterteig aus, bestreicht den Rand mit Ei, füllt die Maccaroni hinein, legt einen Teigdeckel darüber, bestreicht auch diesen mit Ei und läßt die Pastete eine Stunde bei leidlicher Hitze backen. Vor dem Anrichten schneidet man den Deckel mit einem scharfen Messer ringsherum los, nimmt einige Löffel voll von den Maccaroni heraus und füllt ein inzwischen bereitetes Ragout aus Kalbsmilch, Kalbszungen und Champignons nebst

einer pikanten Liebesapfel-Sauce hinein, legt den Deckel wieder darüber und serviert die Pastete.

Reis-Pudding. 100 Gr. Reis werden in einem halben Liter Milch weichgekocht. Man füge zur Würze einen Vanillestengel bei. Alsdann wird der Reis in eine Schüssel angerichtet und nach Gutfinden mit gesiebtem Zucker versüßt. Nachdem diese Masse kalt geworden ist, werden drei Deziliter geschwungener Rahm darunter gezogen. Eine Puddingform wird mit kaltem Wasser ausgespült, dieselbe dann mit obiger Masse aufgefüllt und während drei Stunden an einem kühlen Ort oder auf dem Eise stehen lassen. In letzterem Fall kann man vor dem Stürzen die Form einen Moment in heißes Wasser tauchen.

Als Sauce eignet sich am besten Himbeersaft. Man verdünne denselben ein wenig mit lauem Wasser, damit die Speise nicht zu süß werde.

Die Reinhaltung der Augen. Die Frage, ob die Augen gewaschen werden sollen, beantwortet Dr. Herrnheiser im „Gesundheitslehrer". Wir entnehmen dem Aufsatz in der Hauptsache folgendes: Eine tägliche Waschung, sogar einer gründlichen Reinigung bedarf die Haut der Augenlider, namentlich der Lidrand. Der Augapfel jedoch bedarf in normalen Verhältnissen eine solche nicht, da die Bindehaut und Thränendrüse so viel Flüssigkeit liefern, daß die freie Oberfläche des Augapfels und der Bindehaut mit einer dünnen Feuchtigkeitsschicht überzogen werden. Die Bewegungen der Augenlider besorgen dann das Abscheuern der darauf befindlichen Fremdkörper. Das Wasser, das man zur Reinigung der Lidhaut verwendet, ist am besten kühl, wie dasjenige, welches man zur Reinigung des Gesichtes verwendet. Gewisse Lidrandentzündungen, die sich für den Laien in Rötung des Lidrandes, Bildung von Krusten an der Wurzel der Wimperhaare zu erkennen geben, verschwinden bei regelmäßiger Waschung am Morgen und Abend. Personen, die in staubigen und russigen Räumlichkeiten sich aufhalten müssen, ist zur Vermeidung solcher Entzündungen gute Reinhaltung ganz besonders zu empfehlen.

Paprika als Heilmittel. Aus England wird berichtet, daß ein dortiger Arzt ungarischen Paprika seit mehr als zwanzig Jahren als Heilmittel gegen Neuralgie, Gicht, Rheumatismus in der folgenden Weise anwendet: Eine Hand voll der zerquetschten Schoten wird in heißem Wasser (1/2 Liter) eine Stunde lang digerirt, dann wird die Lösung durchgeseiht und für den Gebrauch in eine Flasche gefüllt. Ein Theelöffel voll Kölnerwasser dazu gemischt, macht das Mittel haltbarer. Angewendet wird das Mittel, indem man damit ein drei- bis vier Mal zusammengelegtes Stück Leinwand benetzt, welches auf die schmerzhaften Stellen gelegt und dann mit einem trockenen Flanellstück bedeckt wird. Auf diese Weise kann der Umschlag stundenlang auf der schmerzhaften Stelle bleiben, ohne Blasen zu ziehen, ja in manchen Fällen wurde die Haut kaum gerötet.

Herzerkrankungen bei übermäßigem Sport, sind im jugendlichen Alter oft zu konstatieren. Die beliebten Spiele Lawn Tennis, Fußball, vor allem aus das Radfahren, werden für das erst in der Entwicklung begriffene Herz junger Leute nicht selten verhängnisvoll. Prof. Schott, Kurarzt in dem von Herzleidenden besuchten Bade Nauheim, teilt in einem Vortrage mit, daß in Ländern, wo Sport vielfach getrieben wird, zumal in England, diese Beobachtungen häufig gemacht werden können. Schott gibt Zeichnungen von krankhaften Pulskurven und vergrößerten Herzgrenzen, um an Hand experimenteller Untersuchungen den Nachweis zu leisten, wie leicht zumeist beim Radfahren Herzmuskelschwäche durch Ueberanstrengung bei schnellem oder forciertem Fahren gegen starken Wind oder auf schlechten Wegen, sogar bei gesunden Knaben zu befürchten ist. Wenn auch beim Verlassen des Velos raschere Atmung und schnellerer Puls sich zeigt, so spüren in der Regel die Beteiligten wenig dabei und täuschen sich so über die ersten Anfänge der Herzschwäche hinweg. Bei wiederholtem Anstrengen dehnt sich jedoch das Herz nach der einen oder andern Richtung in krankhaftem Grade aus. Bei heftigem Ringen treten gleiche Erscheinungen zu Tage. Schott rät daher dringend zur Vorsicht und betont, daß zumal da, wo eine ererbte Neigung zu Herzleiden vorliegt, ständige ärztliche Ueberwachung notwendig sei.

Die Azaleen werden nicht selten stiefmütterlich behandelt nach dem Abblühen. Indem man annimmt, sie blühen nur einmal, werden sie oft in den Keller gestellt und ohne Pflege gelassen. Jahrelang blühen sie dagegen, wenn man folgendes beobachtet. Die Pflanzen sind bis Mitte Mai im Zimmer zu lassen und nur dann zu gießen, wenn die Erde sich trocken anfühlt. Dann wird im Garten eine schattige, aber doch luftige Stelle zwischen Sträuchern ausgesucht und dort die Pflanze bis an den obern Topfrand in die Erde eingesenkt. Hier bleiben die Azaleen bis im Herbst und erfordern

dabei keine besondere Behandlung. Das Gießen besorgt der Regen. Werden die Pflanzen nach dieser Periode in ein frostfreies Zimmer gestellt, so kommen sie sicher zum Blühen.

Das Gedeihen der Gemüsepflanzen hängt von der sorgfältigen Behandlung im frühesten Stadium ab. Werden zu dieser Zeit Fehler begangen, so ist ein kümmerliches Wachstum und schlechte Ernte die Folge. Besonders bezieht sich das auf die Art des Umsetzens (Pikirens) der Sämlinge. Es ist bekannt, daß viele Gemüsepflanzen, wie Salat, Sellerie, Kohlrabi, Blumenkohl u. s. w. bald nach dem Aufgehen pikirt werden, damit zur späteren endgültigen Anpflanzung starkbewurzelte Exemplare vorhanden sind. Das Pikiren geschieht auf ein lockeres, glatt geharktes Beet. Mit einem spitzen Hölzchen wird ein nicht zu tiefes Loch gemacht, alsdann die Pfahlwurzeln — dagegen wird gerade am häufigsten gesündigt — in senkrechter, also nicht gekrümmter Lage hineingesetzt und etwas angedrückt. Wird des Herausnehmen der Sämlinge aus dem Saatbeet bei windigem oder sonnigem Wetter vorgenommen, so sino die Wurzeln stets feucht zu halten oder man taucht sie in einen Brei aus Lehm, Dünger und Wasser ein; sie können dann der Trockenheit mehr Widerstand entgegensetzen. Zu beachten ist auch, daß der Setzling ebenso hoch oder doch nur sehr wenig tiefer gepflanzt werden soll, als er gestanden hat.

Gemüseportulak. Der Same des Gemüseportulak wird im Spätfrühling nicht zu dicht angesät. Er treibt ziemlich langsam, aber dann einmal aufgegangen, erreicht er bald seine vollkommene Höhe von ca. 25 Cm. Das kleine runde Blatt eignet sich ganz besonders zu Salat und schmeckt angenehm, erfrischend, ähnlich wie Gurken. Aber auch als Gemüse, wie Spinat zubereitet und zu Suppen findet der Gemüseportulak Verwendung. In diesem Fall werden die Blätter und der saftige Stengel zusammengehackt. Portulak wird den ganzen Sommer über bis in den Herbst wie Schnittlauch abgeschnitten und treibt wie dieser immer wieder frisch nach. Man muß ihn schneiden, damit er nicht zur Blüte treibt und seinen Saft einbüßt. Gemüseportulak eignet sich am besten für kleine Gärten. Bei Verwendung zu Salat dürfte das Abzupfen der kleinen Blätter für eine zahlreiche Tischgesellschaft zu mühevoll werden. L. P.

Die Prüfung der Keimfähigkeit des Samens sollte nicht unterlassen werden, ehe man mit der Aussaat beginnt, denn nachher ist es in der Regel zu spät; besonders wenn Samen in großen Quantitäten angekauft wird, kann der Schaden durch Nichtaufgehen desselben, was verschiedene Ursachen haben kann, ein ganz bedeutender werden. Mit Hülfe eines ganz einfachen Apparates wird in Amerika diese Prüfung vorgenommen. Er besteht nur aus zwei Tellern, von denen der eine etwas kleiner ist und als Deckel dient, ferner aus zwei Stücken Tuch. Das eine davon wird gut angefeuchtet, auf die Platte gelegt, der zu prüfende Samen darauf gestreut und mit dem anderen Tuche zugedeckt, worauf dann der kleinere Teller, den Boden nach oben, darüber gestülpt wird. Bei gutem Rotkleesamen muß das Keimen in ungefähr zwei Tagen beginnen und 80—90 Prozent sollten innerhalb dreier Tage sprossen. Natürlich kann die Probe auch ohne diesen Apparat im Boden gemacht werden, aber dies dauert viel länger und Zeit ist auch in diesem Falle Geld. Es muß auch daran erinnert werden, daß das Sprossen allein auch keineswegs ein Zeichen des guten Samens ist; die Keime müssen auch ein kräftiges und gesundes Aussehen haben, sonst gehen sie gar bald zu Grunde; dies gilt nicht allein vom Rotklee, sondern auch für jede andere Feldfrucht, Korn, Weizen, Hafer, Flachs u. s. w., deren Keimfähigkeit in dem beschriebenen Apparat ebenfalls leicht geprüft werden kann.

Tierzucht.

Die Goldfische sind gerade wegen ihrer großen Verbreitung und leichten Anschaffung die Tiere, die am unbarmherzigsten behandelt werden. Bei guter Pflege erreicht der Fisch jedoch ein sehr hohes Alter. Gesündigt wird vielerorts mit dem täglichen „Abwässern", man führt die Tierchen damit einem langsamen Tode entgegen. Man gebe stets abgestandenes Wasser, wenn es erneuert werden muß, fange auch kein Tier mit der bloßen Hand, sondern nur mit einem weitmaschigen Netzchen. Die runden Fischgläser, die da und dort noch verwendet werden, sind die reinsten Marterkästen; die Tiere haben darin keine freie Bewegung. Man schaffe sich ein rechteckiges Glas an und übervölkere es nicht. Auf den Boden gebe man reinen Flußkies nnd bringe einige Wasserpflanzen an, um das Wasser gesund zu erhalten. Man verabreiche zum Füttern auch keine Substanzen, die im Wasser verderben, wie Oblaten, Gries ꝛc. Kleine Regenwürmer, auch kleingeschnittenes Rinderherz fressen sie mit Vorliebe, aber auch darin kein Zuviel! Werden die Tiere auf diese Weise behandelt, so werden sie ganz zahm.

Darmkatarrh bei Stubenvögeln tritt ziemlich häufig auf und kann den Vögeln unter Umständen sehr gefährlich werden. Sobald sich also Zeichen von Schwerverdaulichkeit und Katarrh einstellen, muß zunächst das Grünfutter entzogen werden und tritt keine Besserung ein, so gebe man für einige Tage anstatt des Wassers ganz dünn gekochten Haferschleim ohne Zusatz von Salz, Zucker und dergleichen. In den meisten Fällen wird sich bei dieser Behandlung Besserung einstellen.

Regenwürmer künstlich zu züchten, dürfte sich für den Geflügel- wie Fischzüchter, welche diesen Wurm als Fütterungsmaterial in großer Menge benötigen, wohl empfehlen. Zu diesem Zwecke

werden einen halben Meter tiefe Gruben ausgegraben jede von zwei Quadratmeter Flächeninhalt, alsdann Haferstroh, etwa 10 Pfund auf einen Quadratmeter, senkrecht eingestellt und die Grube wieder mit Erde gefüllt. In sandigem Boden muß lehmige Erde anstatt des Sandes genommen werden. Es ist zu beachten, daß der Inhalt dieser Gruben feucht ist; andernfalls muß durch Bewässern nachgeholfen werden. Den trocknenden Einflüssen der Sonnenstrahlen wird durch Bedecken der Gruben mit Brettern und Reisig vorgebeugt. Nach zirka 30 Tagen werden sich die Regenwürmer in großer Menge gesammelt haben, sodaß die Erde auseinander geworfen werden kann. Sind 30 Gruben vorhanden, so kann eine ununterbrochene Ausbeute stattfinden, indem jeden Tag eine als Futterquelle benutzt wird.

Frage-Ecke.

Antworten.

25. Für Lauben oder Gartenhäuschen ist die wilde Rebe wohl eine der dankbarsten Pflanzen. Sie verursacht wenig Mühe und spendet von Jahr zu Jahr mehr Schatten, muß aber nicht als ganz junge Pflanze verwendet werden. J.

25. Kapuzinerkresse und Winden; für die Mauer Geißblatt. Alle sind empfehlenswert. F.

26. Sie haben Recht! Einzelne kleine Dienstleistungen, die dem Kind selber Vergnügen machen, sind ja damit nicht ausgeschlossen. F.

26. Ihr Mann hat ganz recht, wenn er verlangt, daß Sie das Kind mit kleinen Dienstleistungen beschäftigen; erst wenig, dann jedes Jahr etwas mehr. Damit entwickeln Sie bei dem Kinde das Pflichtgefühl, das ihm den Genuß der Freistunden und Freuden der Jugend sehr erhöht. H.

26. Es kommt ganz darauf an, welcher Art die Arbeit ist und in welcher Weise dieselbe dem kleinen Kinde vorgelegt wird. Es muß dem Kinde wie ein angenehmes Spiel vorkommen, so daß es Freude daran bekommt und so seine jungen Kräfte zu nützlicher Arbeit heranbildet und heranzieht, ohne daß es ihm als lästiger Arbeitszwang erscheint. Auch muß die Arbeit derart sein, daß die Gesundheit nicht notleidet; und es muß dem Kinde in öfterem Wechsel Zeit für freies Spiel, Aufenthalt im Freien und zum Verkehr mit Altersgenossen gewährt werden. Der Alte.

28. Lassen Sie sich von Sauerländer in Aarau irgend eine Nummer (z. B. 14, Jahrgang 1901) der „Thierwelt" kommen; da finden Sie Verkaufsofferten in Fülle. Ueber Kaninchenrassen aber belehrt sie das ganz vorzügliche Schriftchen von Beck-Corrodi, zu 50 Rappen überall beziehbar.

29. Einen Selbstkocher, der für 6 Personen bestimmt ist, für Gerichte für 2 Personen verwenden zu wollen, ist allerdings ein gewagtes Unternehmen. Gerade daran scheitert oft das Gelingen, daß die Kochtöpfe nicht oder doch zu wenig angefüllt sind. Der leere Raum absorbiert viel von der Hitze, welche dann nicht mehr hinreicht, um die Speisen gar zu machen. Vielleicht könnten Sie sich in der Weise helfen, daß Sie von Frl. Susanna Müller, Konradstraße 49, Zürich III, 2–3 niedrigere Kochtöpfe in der gleichen Dimension im Durchmesser wie die Ihrigen kommen lassen. Der Suppentopf ist gewöhnlich nicht zu groß. Wenn Sie sich also auf diese Weise ausrüsten, so wird Ihnen der Kocher gewiß dienen. Guten Erfolg wünscht eine Freundin des Selbstkochers.

Fragen.

30. In Nr. 7 des Ratgebers wird unter dem Namen „Axalis" ein neues Gemüse empfohlen, das auch unserm Gärtner in Hallau noch nicht bekannt ist. Könnte mir vielleicht jemand die Adresse mitteilen, woher man die Samen oder Zwiebeln beziehen kann? Oder ist es inzwischen für diesen Frühling schon zu spät zur Anpflanzung? R.

31. Wüßte mir vielleicht eine werte Leserin des Frauenheim ein gutes Mittel um Ameisen aus Wohnungen zu vertreiben? B.

32. Ich wäre sehr dankbar für ein gutes Gugelhopf-Rezept. Welche Abonnentin ist so freundlich mir eines anzugeben? B.

Bestes und billigstes Kochbuch:

Volkart's Kochbüchlein.

Erster Teil
von
Volkart's Koch-, Haushaltungs- & Gesundheitsbüchlein

mit 20 Speisezetteln samt Berechnungen und Rezepten, weitere Kochrezepte und Anleitung zum Zusammenstellen von einfachen Mahlzeiten behufs richtiger Ernährung.

Broschirt 90 Cts., steif brosch. Fr. 1.20 beim Verleger W. Coradi-Maag, Zürich III, sowie durch alle Buchhandlungen.

Reese's Backpulver
f. Kuchen, Gugelhopf, Backwerk, etc.
anerkannt vorzügl. ***Ersatz für Hefe.***
in Drogen-, Delikatess- u. Spezereihandlungen.
Fabrikniederlage bei Car. F. Schmidt, Zürich.

Ist die beste.

(W587)

Gerätschaften zur Frischhaltung von Nahrungsmitteln.

Gutachten erster Fachleute. Versuchsstationen. Prospekte gratis.

F. J. Weck, Zürich-Wiedikon,
Badenerstr. 259. — Telephon.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag in Zürich III.