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

Band: 9 (1902)

Heft: 5

Heft

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: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://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. 5. IX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 22 Nummern. | **Zürich,** 8. März 1902.

Guter Rat.

So oft du eine That zu thun gedenkst,
Schau erst zu jenem blauen Himmel auf,
Und sprich: „Das will ich thun! O schau es du,
Und segn' es du, der still da droben herrschet!"
Und kannst du das nicht sagen, thu es nicht
Aus schnödem Trotz, aus eitler Menschenmacht,
Weil schweigend er sich alles lässet thun.
Denn wisse, was du auch gethan, du thust
Es auf zeitlebens in Erinnerung;
Die gute That klingt hell den Himmel an
Wie eine Glocke, ja er wird zum Spiegel,
In dem du aufschau'nd selig dich erblickst,
Du wähnst dann droben in dem blauen Himmel
Zu wohnen! Oder wähnst, es wohn' in dir,
Herabgesenkt des Himmels stiller Geist! —
Was wir gebrauchen, haben, macht uns reich —
Wir haben das nicht, was wir nicht gebrauchen.
So wären denn die meisten Menschen reich,
Wenn sie nicht wünschten, was sie nicht gebrauchen,
Und was der nicht besitzet, der es hat.

L. Schefer.

Wie Gritli haushalten lernt.

(Nachdruck verboten.)

Zehntes Kapitel.

Generalreinigung und allerlei Notwendiges.

(Fortsetzung.)

Gritli hatte sich im Laufe der Zeit schon recht eingelebt in die Gewohnheiten des Hauses, und wenn ihm auch manchmal die Sehnsucht nach dem Elternhaus und den Lieben drin, nach all' den Reizen seines Heimatdorfes, das ihm in der Fremde doppelt schön erschien, das Herz zusammenpreßte, so war es doch stets aufgeräumt und that willig seine Pflicht. Leicht machte es ihm Rosine nicht immer. Sie war von der alten Schule und der neumodigen „Bibäpplerei", wie sie sich ausdrückte, nicht hold. Eine rechte Ameise, die nur in ununterbrochener Arbeit ihre Befriedigung fand, die kleine Uebel tapfer überwand und sich in selbstloser Weise für ihre Herrschaft opferte und immer zuletzt an sich selbst dachte, verlangte sie auch von andern strenge Pflichterfüllung bis ins Kleinste. Sie hatte indessen alle Ursache, mit Gritli zufrieden zu sein. Es gab sich redlich Mühe, that so viel es konnte und spielte ihm auch seine Unerfahrenheit hie und da einen Streich, so verzieh man ihm, weil es sichtlich darunter selbst am meisten litt.

Nun stand die Generalreinigung vor der Thüre, die alljährliche große „Putzete". „Nicht daß du etwa meinst, wir stellen das ganze Haus auf den Kopf", erläuterte ihm Rosine, als sie von dem bevorstehenden Ereignis sprach, „bei uns darf man's kaum merken, daß geputzt wird. Frau Professor hat mich gut darauf dressiert. Sie sagt immer: das sind nicht die guten Hausfrauen, in deren Hause man des Putzens inne wird. Das muß ganz unbemerkt geschehen, daß die Behaglichkeit nicht gestört wird. So nehmen wir nur ein Zimmer auf einmal und fangen kein zweites an, bis das erste vollständig in Ordnung ist.

Das erste Geschäft ist stets das Ordnen und Ausstauben der Schränke in jedem Zimmer. Da ist Frau Professor dabei und räumt selbst wieder ein. Aus den Kleiderschränken werden alle Kleider ins Freie getragen, an schattigem Platze gelüftet und geklopft, derweil der Schrank zuerst gut ausgebürstet und mit Sodalauge ausgewaschen wird. Dabei sind auch die oberen Ecken und die Decke nicht zu vergessen, weil die Mottenbrut sich mit Vorliebe dort einnistet. Man legt frisches Druckpapier auf die Gestelle und unten hinein und

bringt die Winterkleider in besondere Schränke. Wir haben für die Kleider, welche zum Aufbewahren für eine andere Jahreszeit weggebracht werden, Säcke von rohem Baumwolltuch. Das über einen Bügel gehängte Kleid (Männer- und Frauenkleid) wird von einer Person gehalten, eine zweite Person zieht den ziemlich weiten Sack (doppelte Stoffbreite) von unten herauf. Oben wird er mit einem Zugbande oberhalb des Bügels dicht verschlossen. Diese Säcke sind sehr billig herzustellen, halten eine Lebensdauer und bewahren die Kleider vor Staub und Motten, machen sich also rasch bezahlt. In den Wäscheschränken wird ebenfalls alles herausgenommen und gelüftet. Oft zeigt es sich, daß weniger gebrauchte Wäsche gelb geworden. Die wird das nächste Mal beim Waschen mitgenommen, aber tags vorher in Buttermilch eingelegt, die wir uns extra beschaffen. Aus dem Buffet und den Schränken mit Porzellan- und Glasgeschirr wird jedes Stück abgestaubt und nachdem frischer Papierbelag auf die Gestelle gebracht, wieder eingeräumt. Schubladen erfahren ebenfalls eine recht gründliche Reinigung. Sind Schränke und Laden also wieder in tadellosem Zustande, so beginnt man mit der Reinigung von Decken und Wänden. Vorerst entfernt man jedoch sowohl die leicht beweglichen Möbel, wie herumstehende und liegende Gegenstände, Porträts u. dgl. und zwar bringt man diese, wenn immer möglich, nicht blos in den Korridor, sondern an einen Ort, wo sie niemanden genieren. Während nun eine Person im Zimmer selbst putzt, besorgt eine zweite das Ausstäuben, Bürsten und Reinigen der hinausgetragenen Sachen. Man umbindet einen Wischer mit einem reinen Lappen. Frau Professor hat dazu eigens gestrickte Tücher aus ungebleichtem Garn. Mit diesem nimmt man sorgfältig allen Staub von den Tapeten weg, indem von oben nach unten gestrichen wird, Gyps und Stuckatur wird mit einem reinen Federwisch gereinigt. Bemalte und lackierte Wände und Thüren werden mit lauwarmem, schwachem Seifenwasser, dem etwas Salmiak beigegeben wird, mit einem Flanell-Lappen gewaschen und jede Stelle sofort mit kaltem Wasser und einem Leder nachgewaschen, was den Glanz wieder hervorbringt. Ein Trockenreiben ist dabei nicht notwendig, wenn das Leder bei einem zweiten Darüberfahren gut ausgerungen wird. Aber auch die Möbel werden bei dieser Jahresreinigung zuerst mit dem feuchten Leder abgewaschen und hernach, je nach ihrer Beschaffenheit aufgefrischt. Polierte Möbel werden mit einer Mischung von gleichen Teilen Wasser, reinem Spiritus und Leinöl kräftig eingerieben und mit meinem wollenen Lappen nachpoliert. Mattes Nußbaum oder Eichenholz verträgt am besten eine Einreibung von in Terpentinöl aufgelöstem weißem Wachs. Das Abwaschen mit Sauerkrautbrühe soll sich auch bewähren. Auch Sessel und Stühle erfahren diese Abwaschung und Auffrischung, Rohrgeflechte werden mit Salzwasser, welches das Gelbwerden verhindert, gereinigt, die Fensterrahmen wie das Getäfel, während die Scheiben in gewöhnlicher Weise blank gemacht werden. Zuletzt kommt der Fußboden an die Reihe, der diesmal ebenfalls sich einer Prodezur mit Sodawasser und Seife unterziehen muß, selbst wenn er ein Parkett ist. Dieses wird dann nachher mit Wichse frisch eingerieben und blank gebohnt.

Inzwischen sind die Porträts in Behandlung genommen worden. Sind die Goldrahmen sehr beschmutzt, so bestreicht man sie nach der Waschung mit reinem Wasser noch mit einem weichen Bürstchen, welches in folgende Mischung getaucht wird: 2 geschlagene Eiweiß und 12 Tropfen Eau de Javelle. Damit werden die Goldrahmen bestrichen und sehen nachher wie neu aus. Kostbare Oelgemälde wäscht man mit reinem kaltem Wasser, d. h. mit einem darin getauchten reinen wollenen Lappen ab. Matt gewordene werden dann ganz leicht mit Dammarlack, der mit etwas Terpentinöl verdünnt wurde, mit einem weichen Pinsel bestrichen; auch Oelfarbendruckbilder können auf diese Weise aufgefrischt werden. Kartoffelwasser bewährt sich ebenfalls, wie dies überhaupt auch für farbige Stoffe — Seide und Wolle ein vorzügliches Waschmittel ist. — Man bereitet dasselbe, indem man rohe geschälte Kartoffeln durch die Reibmaschine läßt. Auf ein Kilo geriebene Kartoffeln gießt man 4 Liter kaltes Wasser, rührt den Brei um, läßt setzen und gießt das Wasser in ein Gefäß. Damit wird jeder Oelfarbenanstrich an Gemälden, sowohl wie an Thüren und Getäfel aufgefrischt, nur versäume man nicht, mit dem reinen Wasser und dem Leder nachzuwaschen. Sind farbige Schutzdeckchen allenfalls zu waschen, so bediene man sich eines Absuds von Panamarinde, spüle sie in reinem Wasser, ringe gut aus und bringe sie zwischen zwei zusammengelegte trockene Tücher (alte Leintücher oder dgl.) und glätte sie halbfeucht. Aufhängen soll man solche Sachen nie. Daß Bodenteppiche jeder Art herausgenommen und tüchtig geklopft und gebürstet werden, versteht sich von selbst."

Alle diese Belehrungen empfing Gritli schon einige Tage vorher, wenn man beim Gemüserichten oder sonst einer mechanischen Arbeit war. — Nun gings aber los und Gritli erwies sich als sehr brauchbar und ausdauernd bei der Arbeit. Am ersten Tage wurden Wohn- und Eßzimmer fertig gemacht. Dann gings an den Salon und die Schlafzimmer. Mit der Reinigung dieser letztern wurde gleich das Sonnen der Betten vorgenommen, weil gerade eine günstige Witterung dafür herrschte. Es durfte nämlich nicht allzu heißer Sonnenschein sein, sondern eher etwas bedeckter Himmel und ein frischer Luftzug vorherrschen, wenn dies wichtige Geschäft in Angriff genommen ward. Da wurden Seile gespannt wie zum Wäscheaufhängen, die Federbettstücke daran gehängt und mit Klammern befestigt, Ober- und Untermatratzen auf ausgebreitete Tücher auf den Boden gelegt, oder wo

es angieng, die letztern angelehnt, damit Luft und Sonne auch von unten hereindringen konnten. Das ging dann an ein Klopfen und Schütteln und Bürsten und — wunderbar! Man war bei Professors peinlich sorgfältig das ganze Jahr hindurch und doch flogen bei dieser alljährlichen „Sonneten" ganze Staubwolken aus den Matratzen und Bettstücken. Gritli hätte nie gedacht, daß diese Generalreinigung so notwendig wäre. Im Laufe des Tages wiederholte man das Klopfen und Schütteln und wendete sämtliche Stücke. Die wollenen Decken und die Steppdecken erfuhren dieselbe Prozedur; einzelne wanderten in die chemische Waschanstalt. Frau Professor hatte die Erfahrung gemacht, daß diese im Hause selbst nie so gut ausgerüstet werden konnten, weil die nötigen Einrichtungen dazu fehlten.

Inzwischen wurde auch in den leer gewordenen Schlafzimmern mit Wasser und Seife und Salmiak hantiert: Die Betten zuerst sorgsam ausgestaubt und innen und außen gut abgewaschen und getrocknet, der Waschtisch mit allem, was drauf und dran war, gründlich gereinigt — die Schränke und Schubladen waren vorher schon von Frau Professor aufgeräumt worden — und zwar die Krüge und Waschschüsseln mit heißem Sodawasser behandelt. — Abends ließ man die Betten noch recht auskühlen, ohne sie jedoch der Feuchtigkeit der Abendluft auszusetzen. Und dann wurde auch hier wieder alles hübsch eingeordnet und aufgehängt, so daß es ein Wohlbehagen sondergleichen gewährte, in die luftigen Betten zu schlüpfen und in der reinen Luft der saubern Schlafzimmer dem Morgen entgegen zu träumen. Gritli schlief wie ein Murmeltierchen nach der angestrengten Tagesarbeit in seinem molligen Nestchen.

(Fortsetzung folgt.)

Ostereier.

Nach alter Sitte bringt der Osterhase an dem schönen Feste der Auferstehung den Kleinen seine hübschen, bunten Eier und ihrer Herstellung und geschmackvollen Verzierung wird eben mehr Aufmerksamkeit als je zugewendet. Bei dem Färben der Eier mit den fertig käuflichen Farben, was die leichteste und einfachste Verzierung abgiebt, muß man recht vorsichtig sein, damit die Farbenbrühe nicht durch kleine Sprünge der Schale in das Innere der Eier eindringt, weil man nicht immer sicher ist, ob die Farbe keinen Nachteil für die Gesundheit hat. Ganz unschädlich sind die alten, überall bekannten Färbemittel, die schon zu Urgroßmutters Zeiten in Gebrauch waren und in vielen Familien heute noch verwendet werden. Da gebraucht man Zwiebelsaft zum Gelbfärben, frische Saat zu grünen, Krapp zu braunen, getrocknete Malvenblüten zu dunkelgrünen und Lackmus zu blauen Eiern. Schreibt man, ehe die Eier in die Farbbrühe eingelegt werden, mit einem zugespitzten leicht angefeuchteten Stückchen weißer Seife eine Inschrift, Namen oder dgl. auf die Schale, so erscheint die beschriebene Stelle heller gefärbt als das Ei selbst. Hübsch gezeichnete Eier erhält man, wenn Blättchen von Petersilie, Schafgarbe oder ähnliches auf das Ei gebunden und dann mit einer Brühe aus Fernambukholz (rot) gefärbt wird. Reibt man die fertig gefärbten Eier mit Schmalz oder Speck ab, so erhalten sie einen hübschen Glanz.

Wenn man einige Zeit vor Ostern beginnt, die Schalen der beim Kochen roh verwendeten Eier zu sammeln, so kann man sie als nette Bonbonsbehälter benutzen. Mit ganz kleinen Süßigkeiten gefüllt, an der Oeffnung mit einem Goldstern oder Bild beklebt und beliebig verziert, geben sie eine hochwillkommene Füllung der Osterhasen-Nestchen.

Sollen süße Ostereier selbst hergestellt werden, so ist ein sehr empfehlenswertes Rezept dazu das der einfach herzustellenden Praliné-Masse. Auf ein zu steifem Schnee geschlagenes Eiweiß kommt 1/2 Pfund Puderzucker; ist dies gut verrührt, so sind daraus Eier von beliebiger Größe zu formen, die man in flüssig gemachtem, unentöltem Kakao wälzt und trocknen läßt. Marzipan-Eier bestehen aus einer tüchtig verarbeiteten Mischung von 2 Eiweiß, zu steifem Schnee geschlagen, 1/2 Pfund gemahlenen Mandeln oder Haselnüssen, 1/2 Pfund Staubzucker und 2 Eßlöffeln Rosenwasser. Die Eier sind, wenn sie geformt sind, in geriebener Schokolade zu rollen.

An Erwachsene verschenkt man zu Ostern gern außer oder an Stelle der wirklichen Eier einen kleinen netten Gegenstand in Eiform, der als bleibendes Andenken von praktischem Werte ist. So sind für junge Mädchen die reizenden bemalten Stopfeier, aus denen eine geschickte, des Malens kundige Hand wahre kleine Kunstwerke schaffen kann, sehr beliebt. Ebenfalls zierliche Eier aus Atlas, Plüsch, Perlmutter oder dgl., die zur Aufnahme kleiner Gegenstände dienen, werden gern in kleinen, blumengefüllten Körbchen als Geschenk angenommen. Auch Schmucksachen oder Aschenbecher in Form eines halben Eies sind eine hübsche Ostergabe. Die Eiform wird vom Spengler um wenige Pfennige aus Blech hergestellt, innen mit weißer, rosa oder hellblauer Emailfarbe, außen mit dunkelgrüner, hochroter oder Goldfarbe bemalt. Die Schale wird zuletzt auf einen ovalen Untersatz aus Holz, der hübsch mit Lackfarbe bestrichen oder auch bemalt ist, aufgeleimt. Statt dessen kann als Unterlage auch eine mit Veilchen oder Schneeglöckchen bestickte und auf einen Pappteller aufgeleimte Filzrundung von moosgrüner Farbe dienen.

Reizend ist auch ein ausgeblasenes, hübsch bemaltes Gänse-Ei, das, mit einem frischen Blütenstrauße gefüllt, in einem mit Moos ausgelegten Körbchen steht und auf Goldgrund den Gruß „Fröhliche Ostern" trägt. R.

Zur Ernährungsfrage.

Unsere Gesundheit und Kraft zu erhalten, ist eine ernste Lebenspflicht. Die Ueberzeugung, daß es dabei nicht nur auf das Essen und Trinken allein ankommt, sondern ebenso sehr auch auf die Art und Weise, wie dieses geschieht, scheint immer noch nicht genug in alle Schichten der Bevölkerung gedrungen zu sein. Unser Körper bedarf jedoch der Abwechslung und einer gewissen Mannigfaltigkeit in der Ernährung. Die menschliche Nahrung muß gemischt sein, und soll aus Pflanzenstoffen, Eiweiß und Fett bestehen; es müssen Nahrungsmittel von geringem Nährwert von solchen von hohem Gehalt an Nährstoffen wohl unterschieden und beide in richtiger Weise zusammengestellt werden können. Eine ausschließliche Ernährung mittelst stark eiweißhaltiger Nahrungsmittel im Uebermaß, ist ebenso gesundheitsschädlich, wie der Genuß von nur minderwertigen Speisen.

Das erste und wichtigste Nahrungsmittel ist das Fleisch. Dieses ist umso wertvoller für die Ernährung, je leichter verdaulich es an und für sich ist oder durch die Zubereitung gemacht wird. Ueber die Ausnutzung des Fleisches durch den menschlichen Verdaungsapparat wurden eingehende Versuche angestellt und es hat sich ergeben, daß Schinken (Rauchfleisch) am besten ausgenutzt wurde, dann Braten, sowie Suppenfleisch, das in kochendes Wasser eingelegt wurde, so daß der Fleischsaft nicht ausgelaugt werden konnte. Darauf folgte rohes Fleisch, Pökelfleisch und als am wenigsten ausnutzbar das ausgekochte Suppenfleisch, das mit kaltem Wasser beigesetzt wurde. Im allgemeinen ist das Fleisch von Ochsen, Kalb, Wild, sowie Geflügel und Fisch leichter zu verdauen, als das fette Schweine-, Hammel-, Gans- und Entenfleisch. Fleischbrühe, auf die von manchen soviel Gewicht gelegt wird, hat sozusagen keinen Nährwert, sondern ist nur ein wohlschmeckendes Genuß- und Anregungsmittel. Deshalb sollte das Fleisch nicht so oft in der Fleischsuppe ausgekocht und fast wertlos gemacht, sondern öfter gebraten und geschmort zu Tisch gebracht werden. Durch das Einlegen in das heiße Fett (oder auch in kochendes Wasser) schließt sich die Oberfläche des Fleischstückes sofort, so daß die Nährstoffe in demselben enthalten bleiben und es nahrhaft, saftig und zart wird.

Von den Wurstarten ist Blut- und Leberwurst am wertvollsten, erstere wird sogar von manchen Aerzten zum täglichen, häufigen Genuß bei Blutarmut sehr empfohlen. Fleischwurst ist meist wertlos, da viel minderwertiges dazu verarbeitet wird. Ebenso wichtig wie das Fleisch sind für unsere Ernährung Hülsenfrüchte, Haferpräparate, Eier und Käse. Erstern sagt man eine schwere Verdaulichkeit nach; wenn sie indes richtig zubereitet, d. h. am Tage vor dem Kochen eingeweicht wurden, gut verkocht sind und gehörig verkaut werden, kann sie ein gesunder Magen ohne die geringste Beschwerde vertragen. Uebrigens helfen ja auch die vorzüglich präparirten Erbsen-, Bohnen- und Linsenmehle allen Uebelständen ab. Ueber den außerordentlichen Nährwert des Hafers predigen und schreiben eben viele Aerzte; infolge dessen hat der Hafer auch fast in allen Haushaltungen Eingang gefunden, sei es als Hafer-Mehl, -Flocken, -Grütze, -Biscuits 2c. Neben dem hohen Nährwert hat der Hafer auch noch den Vorzug der leichten Verdaulichkeit, was ihn Kindern wie Erwachsenen, einem schwachen wie einem guten Magen gleich zugänglich macht. — Die Eier sind weichgekocht am leichtesten zu verdauen; harte Eier müssen gut zerkleinert und mit andern Speisen zusammen genossen werden, auch nie in großen Mengen. Sehr ausgenützt werden die Nährstoffe der Eier, wenn man sie in der Form von Mehl- und Eierspeisen genießt.

Käse, speziell der weiße, weiche Käse, ist sehr nahrhaft, soll aber immer mit Brot u. dgl. zusammen gut verkaut werden. Er gehört zu den schwerverdaulichen Speisen, wird aber, richtig und nicht im Uebermaß verzehrt, wohl nie dem Verdauungsapparat zu schaffen machen. Milch ist für Groß und Klein ein vorzügliches Nahrungsmittel, das man eigentlich essen, nicht trinken soll. Wer die Milch in großen Zügen hinuntertrinkt, dem gerinnt sie im Magen zu dicken Ballen, die leicht Beschwerden verursachen und von dem Magensaft nicht durchdrungen, folglich auch nicht richtig ausgenutzt werden können. Deshalb nehme man die Milch immer nur in ganz kleinen Schlücken, wobei man am besten noch etwas Brot ißt. Die magere, entrahmte Milch ist gleich nahrhaft, wenn ihr auch das Fett, der Rahm, genommen ist; vielfach ist der Irrtum verbreitet, daß sie deshalb minderwertig sei. Sehr zu empfehlen ist auch die Aufnahme von Milch in Gestalt von Milchsuppen, Schokolade, Kakao, sowie alle Milch- und Mehlspeisen. Besonders gut ist es, letztere mit Fleisch bei der Hauptmahlzeit zusammen zu geben.

Von Gemüsen, die, soviel es geht, bei der Mittagsmahlzeit eine große Rolle spielen, sind besonders gut in gesundheitlicher Beziehung: Spinat, Bohnen, junge Erbsen, Sauerkraut, Salat 2c., weniger Nahrungsstoff haben die Rüben und Kartoffeln. Letztere sind am leichtesten zu verdauen und für die Ernährung am wertvollsten in der Form von Kartoffelbrei, mit Milch und Butter versetzt. Das Brot, unsere gewöhnliche, unentbehrliche Zuspeise bei allen Mahlzeiten, ist ebenfalls sehr nahrhaft; Weißbrot ist leichter verdaulich als Schwarzbrot, letzteres aber kräftiger. — Mit den vielen starken Gewürzen soll man beim Bereiten der Speisen im allgemeinen etwas sparsam umgehen; sie reizen meist zu sehr den Magen, ohne etwas Gutes zu stiften und verleiten zu vielem Trinken bei und nach den Mahlzeiten. Einfache Gewürze, mit Maß angewandt, vor allem das Salz, erhöhen die Verdaulichkeit der Speisen, so-

wie ihren Wohlgeschmack; ein Zuviel würde den Magen unfehlbar ruinieren.

Das Fett hat an und für sich wenig Nährstoff, ist aber gleichwohl in der Ernährungsfrage von Bedeutung. Es ist dem Körper in Form von Butter, Schmalz ꝛc., namentlich in der kalten Jahreszeit zur Erzeugung größerer Wärme des Blutes notwendig.

Dies ist in Kürze ein Hinweis auf die Nahrungsmittel, die wir in erster Linie zu berücksichtigen haben. Auf die Rolle, welche die Getränke in der Ernährnngsfrage spielen, werden wir zu anderer Zeit zurückkommen. B.

Wie sollen Zahnbürsten behandelt werden? Die Porzellanbehälter der Zahnbürsten, welche zu jeder Waschgarnitur gehören, sind eigentlich ganz verwerflich, weil die Zahnbürsten durch das Liegen im verschlossenen Behälter nicht auslüften und austrocknen können und dadurch einen dumpfen, widerlichen Geschmack erhalten. Am besten erhält man die Zahnbürsten, wenn man sie hängend aufbewahrt; es giebt zu diesem Zwecke hübsche Zahnbürstenständer mit Porzellannäpfchen, welche zum Aufsaugen des noch in der Bürste sich befindlichen Wassers bestimmt sind; oben an dem Behälter sind kleine Klammern zum Aufhängen der Bürsten angebracht. Werden die Bürstchen liegend aufbewahrt, so sind dieselben nach Gebrauch gut abzutrocknen, mit dem Rücken nach oben und mit den Borsten nach unten so in den Behälter zu legen, daß der Stiel zwischen den Deckel und den Untersatz geschoben wird und die Bürste somit frei in der Luft hängt; dadurch kann sie genügend austrocknen; und wenn noch Feuchtigkeit darin sein sollte, zieht sie nicht in den Leim, sondern unten in die Spitzen der Bürste. Auf diese Weise behandelte Bürsten bleiben sehr lange gut. Legt man sie aber auf den Rücken, die Borsten nach oben, so dringt die Feuchtigkeit in die Löcher ein, der Leim wird dadurch mit der Zeit gelöst und die Borsten fallen aus.

Glasstöpsel zu entfernen. Mitunter hält es sehr schwer, Glasstöpsel aus Arzneigläschen oder Flaschen zu entfernen. Man tauche dann den oberen Teil der Flasche in warmes Wasser und träufle auf den Stöpsel einige Tropfen Salatöl; er wird sich dann leicht drehen und herausnehmen lassen.

Bettvorlagen und **Bodenteppiche,** deren Farben gelitten haben, frischt man mit geringer Mühe auf, wenn man sie mit lauem Salmiakwasser (auf 1 Liter Regenwasser 1 Eßlöffel voll Salmiakgeist) nnd einer saubern Bürste mehrmals kräftig bürstet.

Es gibt manche Teppiche, die sich zum Aerger der Hausfrau an den Ecken beständig aufrollen und umschlagen. Wenn man diese Stellen nicht mit kleinen Nägeln anheften kann oder will, so feuchte man sie links mittelst eines Schwammes gut an und sie werden, auch wenn sie getrocknet sind, hübsch glatt und flach liegen bleiben.

Vergilbte Spitzen zu reinigen. Vergilbte Spitzen, die oft noch sehr wertvoll sind, und mannigfache Verwendung finden können, sollen nicht gewaschen werden. Man versuche es zunächst mit dem Pudern. Man breite die Spitzen auf einer glatten Unterlage aus und reibe sie mit einem weichen Tuche und ganz feinem Mehl leicht ab. Dann lege man sie, gut ausgeschüttelt zwischen feuchte Tücher und glätte sie mit nicht zu heißem Eisen.

Kaltes frisches Obst, Aepfel und Birnen erwärmt man am einfachsten, indem man sie in warmes (nicht heißes) Wasser legt. Man wird beim Genusse finden, daß sie an Geschmack nichts eingebüßt haben und gleichmäßig durchwärmt sind. Wer überhaupt das Obst mit der Schale ißt, kann dabei eine gründliche Reinigung vornehmen. Obst, das auf dem Ofen erwärmt wird, hat den Nachteil, daß es leicht anbrät und nur ungleichmäßig erwärmt wird. Der Wärmegrad, den das zu genießende Obst haben soll, läßt sich leicht bestimmen durch die Temperatur des Wassers, in welches es gegeben wird. Obst, das durch die Kälte gelitten hat, legt man wie gewohnt zuerst in kaltes Wasser.

Speisezeddel für die bürgerliche Küche.

Montag: *Gerstensuppe, Rindfleischragout, Kartoffelklöße, dürre Zwetschgen.

Dienstag: Mehlsuppe, *Kalbsherz, gedämpft, Rosenkohl, gebackene Kartoffelstengelchen.

Mittwoch: Durchgerührte Kalbfleischsuppe, Hackbraten, Nudeln, Apfelsoufflé.

Donnerstag: Einlaufsuppe, *Lammfleisch mit Champignons, Nüßlisalat, *gefüllte Eier.

Freitag: Tapiokasuppe, *Lendenbraten, Kartoffelpüree, *Chokoladebirnen.

Samstag: Suppe mit verlorenen Eiern, Kalbskoteletten, Gebranntes Apfelmus, *Waffeln.

Sonntag: Königinsuppe, *Hecht, gebacken, *Käseauflauf, Zunge in brauner Sauce, *Osterfladen.

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

Koch-Rezepte.

Gerstensuppe. Für 6 Personen werden 70 bis 80 Gr. Gerste erlesen, in einem Löffel heißer Butter oder Fett leicht angeröstet und mit 3—3½ Liter kochender Fleisch- oder Knochenbrühe abgelöscht. Nun wird eine kleinere Selleriewurzel in ganz kleine Würfelchen geschnitten und in die Suppe gegeben, die eine gute Stunde kochen soll, über gehackte Petersilie angerichtet und nach Belieben mit einem Eigelb legiert wird.

Basler Kochschule.

Hecht, gebacken. Man säubert und schuppt den Fisch, wäscht ihn gut, spaltet ihn der Länge nach, schneidet ihn in drei Finger breite Stücke, salzt diese ein und läßt sie eine Stunde so stehen; hierauf trocknet man sie gehörig ab, bestreut sie mit weißem Pfeffer, wendet sie in Mehl, dann in geschlagenem Ei und in geriebener Semmel, bäckt sie in heißer Butter braun und garniert sie beim Anrichten mit Zitronenscheiben und Petersilie.

Lammfleisch mit Champignons. Man löst die Knochen aus einem Bruststück, bestreut das Fleisch mit ein wenig Pfeffer und Salz und brät es in Butter von beiden Seiten braun; dann legt man es in ein Kasserol auf einige Speckscheiben und gießt soviel weiße Koulis darüber, daß das Fleisch beinahe dadurch bedeckt ist, fügt 1/2 Kilogramm geputzte, kleine Champignons, etwas feingehackte Petersilie und Schnittlauch, einen Theelöffel Salz und 6 Pfefferkörner hinzu und dämpft alles wohl zugedeckt langsam 1 1/2 Stunden. Hierauf nimmt man das Lammfleisch heraus, legt es auf eine heiße Schüssel, preßt den Saft einer Zitrone darüber, garniert es mit den Champignons und übergießt es mit der durchgeseihten Sauce.

Lendenbraten. Zeit der Bereitung 55 Minuten. Eine abgelegene enthäutete Rindslende salzt und spickt man, legt sie in braune Butter, schiebt sie in einen nicht zu heißen Ofen und brät sie 45 Minuten unter Begießen. — Man entfettet den Bratensatz, fügt 5 Gr. Liebig's Fleisch-Extrakt, einen halben Theelöffel Maismehl und kochendes Wasser daran, kocht eine sämige Sauce und giebt sie zu dem mit kleinen gebratenen Kartoffeln umgebenen Lendenbraten.

Kalbsherz, gedämpft. Man thut die in zwei Stücke zerteilten Herzen in ein mit Speckscheiben belegtes Kasserol, fügt Zwiebel, Wurzelwerk, ein Lorbeerblatt, Zitronenscheiben nnd etwas Gewürz hinzu, gießt Wasser oder Fleischbrühe darauf, daß sie davon bedeckt sind, dämpft sie gut zugedeckt langsam weich, nimmt sie heraus, seiht die Brühe durch, entfettet sie und verkocht sie mit einer braunen Mehlschwitze, etwas Essig, Weißwein und feingeschnittenen sauren Gurken zu einer kräftigen Ragout-Sauce, in der man die Fleischstücke wieder heiß werden läßt, bevor man sie aufgiebt.

Gefüllte Eier. Zu 12 Eiern hacke man 1 Zwiebel, 1 Hand voll Spinat, halb so viel Petersilie, dämpfe dieses in 60 Gr. süßer Butter, lege die Eier in siedendes Wasser, koche sie 3 1/2 bis 4 Minuten, schäle sie sogleich, schneide ein kleines Stück vom runden Teil des Eies ab, lasse den Dotter in das verdämpfte Grüne fließen, füge 3 ganze (rohe) Eier, Pfeffer, Salz und Muskatnus bei, rühre es auf dem Feuer bis es beinahe dick ist, fülle die heißen Eier damit, decke die abgeschnittenen Stückchen derselben darauf, stelle sie nebeneinander auf eine Platte und gieße eine beliebige weiße, braune oder Tomatensauce darüber.

Basler Kochschule.

Käseauflauf. Man schneidet aus einem Suppenbrod ganz dünne Scheibchen, messerrückendick, bringt sie aufeinandergelegt in eine Schüssel, gießt 3 Tassen heiße Fleischbrühe darüber und läßt sie so zugedeckt eine halbe Stunde stehen. Man reibt 375 Gr. Emmenthalerkäse, streicht eine Auflaufform gut mit Butter aus und bringt in dieselbe zuerst eine Lage von dem gutgetränkten Brot, dann Käse und abwechslungsweise wieder Brot. Die letzte Schicht muß Käse sein; dann legt man noch einige Stückchen frische Butter obenauf und backt den Auflauf 20 Minuten in heißem Ofen. Von einer Luzernerin.

Chocoladebirnen. 1 Kilogramm gute Birnen werden geschält und die Stiele daran gelassen. Dann werden 100 Gr. Zucker mit ganz wenig Wasser hübsch braun geröstet, 1/2 Liter Wasser, 1 Stück Zitronenschale, 1 Stück Zimmt und nach Belieben etwas Rotwein beigefügt und die Birnen so weich gekocht, daß die Stiele noch halten. — Einige Minuten vor dem Anrichten werden einige Löffel voll süßer Rahm sorgfältig darunter gemischt. Dann werden die Birnen, die Stiele nach oben, in eine Schüssel angerichtet und mit der schön braunen, kleinen Sauce übergossen. Basl. Kochsch.

Waffeln, abgerührte. 1/2 Liter Milch wird mit einer kleingeschnittenen halben Stange Vanille aufgekocht, vom Feuer genommen, zugedeckt und zum langsamen Abkühlen bei Seite gestellt, worauf man die Milch durchseiht, auf's neue zum Kochen bringt, mit 125 Gr. frischer Butter, 100 Gr. Kartoffelmehl und 100 Gramm feinem Weizenmehl, das man in einer Tasse kalter Milch glatt gequirlt hat, sowie einer Prise Salz über dem Feuer verrührt, bis ein dicker Brei entsteht, und diesen, sobald er sich vom Kasserol ablöst, in eine Schüssel ausschüttet. Man vermischt ihn mit vier zerquirlten Eiern, vier Dottern, etwas Zucker und dem Schnee der Eiweiße und bäckt die Waffeln, indem man einen Löffel voll Teig in dem bestrichenen Eisen gleichmäßig ausbreitet, das Eisen langsam und behutsam schließt und die Waffeln erst auf einer, dann auf der anderen Seite einige Minuten über dem Feuer bäckt. Sind sie so auf beiden Seiten hellbraun, so löst man sie mit einem Messer vom Eisen, bestreut sie mit Zucker und Zimmt und legt sie auf Papier in die lauwarme Ofenröhre, bis man so viele beisammen hat, daß man eine Schüssel voll der noch warmen Kuchen auftragen kann, die man als Mehlspeise oder zu Kaffee und Thee serviert. Besonders zu beachten ist, daß die Waffeln weder auskühlen noch übereinandergelegt werden dürfen, da sie sonst sofort ihre appetitliche Sprödigkeit verlieren und weich werden, was ihnen einen großen Teil ihres Wohlgeschmacks raubt; auch darf man das Waffeleisen nicht zu oft, sondern nur hin und wieder einmal mit Butter ausstreichen.

Osterfladen. 1/2 Liter recht saure Milch wird mit einem Kochlöffel Mehl und zwei Eiern angerührt, worauf man in einem Kasserol 3/4 Liter süße Milch zum Kochen bringt, die gerührte Masse nebst dem Saft einer halben Zitrone hinzugießt und alles über dem Feuer verrührt, bis die Milch völlig geronnen ist. Dann legt man eine reine Serviette über ein Sieb, schüttet die geronnene Milch hinein, bindet die Serviette zusammen und läßt die Molken über Nacht abtropfen. Am folgenden Morgen thut man den Käse in eine Schüssel, vermischt ihn mit 3 Eiern, 70 Gr. Zucker, 125 Gr. gestoßenen, süßen Mandeln und etwas süßem Rahm, füllt die Masse in ein mit feinem Hefenteig belegtes Tortenblech, bäckt den Kuchen in mäßig warmen Ofen und besiebt ihn mit Zucker.

Gesundheitspflege.

Einige Regeln für die Haarpflege gibt der französische Arzt Caissamato, der auf dem Gebiete der Schönheitspflege als Autorität gilt. Demnach soll das Haar während der Nacht geflochten werden, weil es, wenn offen gelassen, bricht und zerreißt. Das Haar soll zweimal während des Monats gut gewaschen und hierzu Eidotter genommen werden. Auch soll das Haar niemals abgeschnitten, sondern an den Spitzen abgesengt werden. Um den Scheitel nicht zu breit werden zu lassen, wird derselbe nachts ausgekämmt und jeden Tag nach der einen oder andern Seite verändert. Zum Kämmen dient ein grober Kamm; ist das Haar verwickelt, so muß es von der Wurzel aus auseinander gekämmt werden. Zum Bürsten bedient man sich einer harten, festen und sauberen Bürste. Das Haar muß man so lange bürsten, bis jedes Stäubchen entfernt und dasselbe glänzend ist.

Krankenpflege.

Vortreffliche Hausmittel. Bei schlechter Verdauung ist morgens nüchtern eine Orange oder gekochte Aepfel zu essen, da Früchte bekanntlich auflösend und abführend wirken. Auch der Saft einer Zitrone in Thee oder dünnem Kaffee empfiehlt sich bei Unbehagen durch Verdauungsstörung, Erkältung oder Kopfschmerzen. Der Saft der Tomaten bei Darmbeschwerden und Leberleiden, auch blaue Weintrauben wirken blutreinigend und nahrhaft zugleich. Bemerkenswert ist der äußere Gebrauch von gutem Spiritus. Man lege bei Erkältungen, Husten und Schnupfen, selbst bei dem Beginn der bösen Influenza, wo sich zu den vorigen noch Gliederschmerzen finden, Flanellappen mit Spiritus befeuchtet um den Hals, reibe damit auch tüchtig die schmerzenden Körperteile zu verschiedenen Zeiten, bis Linderung da ist; auch bei Wadenkrämpfen empfiehlt sich das letztere Verfahren.

Verwendung von Eiweiß bei Schnittwunden. Es gibt kaum ein schneller wirkendes Heilmittel bei Schnittwunden als das frische Eiweiß, welches dem Kollodium vorzuziehen ist, ganz davon abgesehen, daß man es meist leichter zur Hand hat. Es verhindert den Zutritt von Luft, trocknet rasch und die Wunde heilt meist schnell darunter.

Kinderpflege und -Erziehung.

Die häuslichen Schularbeiten der Kinder. Es versteht sich von selbst, daß die Kinder auch schon zu diesen kurzdauernden häuslichen Schularbeiten eine bestimmte Zeit und einen ruhigen Platz haben müssen, damit sie ungestört ihre Arbeit machen können und von vornhereiu an den Ernst der gleichmäßigen Arbeit gewöhnt werden. Für die häuslichen Arbeiten brauchen die Kinder ebenso wie in der Schule, passende Arbeitstische und Sitze mit guter Beleuchtung, damit nicht zu Hause verdorben werde, was in Bezug auf Körperhaltung und Augenschonung in der Schule richtig gemacht wird. Man darf sich nicht dabei beruhigen, daß die Zeit der Hausarbeiten in diesem Alter zu kurz sei, um irgend wesentlichen Schaden bringen zu können. Die Kinder sind eben noch zarter und weniger widerstandskräftig als im reiferem Alter und verlangen deshalb größte Schonung. Außerdem kann man sie nicht früh genug an alles das gewöhnen, was sie zu ihrem eigenen Wohle später beobachten müssen: hier also an Ordnung und richtige Körperhaltung beim Lesen und Schreiben Endlich sind auch die Einrichtungen an Tische. und Stühlen leicht so zu treffen, daß sie für die ganze Schulzeit ausreichen, am besten in der Form von verstellbaren Arbeitspulten, wie solche ohne Mühe erhältlich sind. Nach Dr. Dornblüth.

Blumenkultur und Gartenbau.

Arbeitskalender für den Monat März.

Wo der Frühjahrsschnitt der Obstbäume und Sträucher noch nicht beendet ist, ist dies schleunigst nachzuholen. Die Topfobstbäume werden aus den Ueberwinterungsräumen ins Freie gebracht und in geschützter Lage bis zum Topfrand eingegraben. Erdbeeren pflanzt man auf gut zubereitete Beete. Baumbänder werden erneuert, Herbstpflanzungen, die durch den Frost gehoben wurden, müssen festgetreten werden. Blühende Pfirsich- und Aprikosenspaliere, Weinstöcke 2c. schützt man gegen Nachtfröste. Die im Februar empfohlenen Aussaaten können jetzt noch vorgenommen werden. Man sät auch Bohnen, Rüben, Erbsen, Schwarzwurzeln, mittelfrühen Kopfsalat, Radies, Sommerrettiche. In der zweiten Hälfte März sät man alle Kohlarten auf gut zubereitete Anzuchtbeete des freien Landes. Man legt Frühkartoffeln, gräbt Spargelbeete und richtet den Gemüsegarten zu späterer Bepflanzung her. Diese frühe Bebauung ist jedoch nur bei zeitigem Frühjahr möglich. Ein kalter nasser Boden hemmt das Wachstum und vermindert die Güte der Früchte.

Im Ziergarten werden eingedeckte Sträucher, Rosen 2c. aufgedeckt und beschnitten, letzere an Pfähle gebunden, Beete und Gruppen sind von Laub zu reinigen, Rasenkanten abzustecken. Der im Herbst auf die Rasenflächen gebrachte Kompost ist gleichmäßig zu verteilen. Blumenbeete werden, sofern es nicht schon im Herbst geschah, mit Vergißmeinnicht, Silenen, Pensees 2c. bepflanzt. Sauberkeit und Ordnung wird überall hergestellt. Schlingpflanzen werden in Töpfen gezogen. Man fährt mit der Stecklingsvermehrung der Pflanzen fort und beendet das Versetzen der Blattpflanzen.

Tierzucht.

Verfüttert man stickstoffreiche Nahrung zur Winterzeit und sorgt nicht zugleich für ausreichende Bewegung seines Geflügels, sagt ein wissenschaftlich wie praktisch durchgebildeter Gewährsmann, so bezahlt man zu übermäßig hohem Preise den Fettansatz, den man durch Darreichung fetthaltigen Futters billiger haben könnte. Hühner, die bereits überfett sind, werden durch Körnerfutter, insbesondere Mais, nur noch mehr vom Eierlegen abgehalten, wohingegen magere Vögel durch das-

selbe Mittel zum Legen angeregt werden können. Wenn — trockene und helle Ställe vorausgesetzt — die Vögel genötigt sind, die ausgestreute Nahrung selbst aus der Lagerstreu herauszusuchen, um so in steter Thätigkeit gehalten zu werden, so vermag das verschiedenartigste Körnerfutter die Eierablage günstig zu beeinflussen. Sind aber die Bedingungen nicht gegeben, dem Geflügel die unentbehrliche Bewegung zu verschaffen, so wird ein übertriebenes Maß von proteïnreichen Futterstoffen nur das Gegenteil von dem bewirken, was man beabsichtigt — man bekommt fette Hennen, aber keine oder spärliche Eier. Prakt. Wegw.

Frage-Ecke.

Antworten.

10. Einen wohlschmeckenden Vacherin können Sie auch aus Kastanien und Rahmschaum bereiten. Zuthaten: 1/2 Kilo Kastanien, 1/2 Liter Rahm, Zucker und Vanille nach Belieben. Die Kastanien werden geschält, in Wasser weich gekocht, die Haut abgestreift und die Kastanien durchgepreßt. Dann wird ein Zuckersirup gekocht, die geriebenen Kastanien mit etwas Vanillezucker darein gegeben und alles gut umgerührt. Wenn erkaltet, wird diese Kastanienpüree durch die Fleischhackmaschine auf die Platte getrieben, auf der man den Vacherin servieren will. Man wende dabei die Platte so, daß die der Hackmaschine in rundlicher Form entquellende Püree ein lockeres Köpfchen bildet. Mit Vanille geschwungener Rahmschaum wird gleichmäßig darüber gegossen und wer den Vacherin garnieren will, kann sich der Spritze bedienen, welche zu Spritzenküchlein gebraucht wird. Man fülle die Spritze mit Rahmschaum und verwende beim Garnieren die verschiedenen Modelle, welche dazu gehören. Zur Abwechslung kann man zur Garnitur auch ein wenig Kastanienpüree verwenden und diese dann mit geschälten und länglich geschnittenen Mandeln bestecken. Mit etwas Geschick läßt sich so eine hübsche Garnitur erzielen. L. P.

13. Strohsohlen oder Korksohlen bewähren sich gut, ebenso feine Papierschnitzel, die aber oft ersetzt werden müssen. Der Alte.

13. Das Allerbeste ist: ein Zeitungsbogen von gutem Papier glatt und straff um den Füßling gewickelt und damit in nicht zu enge Schuhe geschlüpft. F. in Z.

14. Ueber Praktikol kann ich Ihnen keine nähere Auskunft geben, da ich diesen Artikel nicht näher kenne. Dagegen finde ich Imprägnierungsbrillantine, die ich erprobte, sehr empfehlenswert. Die Stahlspäne, das Plochen und das Wichsen fällt in der That weg. Wir haben verschiedene Räume imprägniren lassen und sind mit dem Erfolg sehr zufrieden, die Böden glänzen wie ein Spiegel, ohne dabei sehr glatt zu sein und Staub entwickelt sich sehr wenig. Der Unterhalt einmal imprägnirter Böden nimmt entschieden um die Hälfte weniger Zeit in Anspruch und es stellen sich die Kosten im Laufe der Zeit auch lange nicht so hoch, wie beim Wichsen der Böden. Machen Sie vorderhand mit einem oder zwei Zimmern einen Versuch. Abonnentin in A.

15. Ich habe längere Zeit die verschiedenen Systeme Waschmaschinen, die in der Schweiz erhältlich sind, verglichen und soweit möglich geprüft und dann schließlich der Waschmaschine Flury-Roth, Zürich III, Birmensdorferstraße 203, den Vorzug gegeben. Ich fand, daß dort alle Vorzüge einer brauchbaren, leistungsfähigen und doch nicht allzuteuren Maschine vereinigt sind. Man erspart dabei gut die Hälfte an Zeit, Brennmaterial und Zuthaten (Seife, Soda 2c.) und die Wäsche wird schön weiß. Wir haben die kleinste Nummer à 85 Fr. mit Auswinder à 32 Fr. seit Monaten im Gebrauch. Da die Firma Maschinen zur Probe ausgiebt, ohne Kaufsverbindlichkeit, riskieren Sie nichts; lassen Sie eine kommen und prüfen Sie selber. Alte Hausfrau.

15. Seit letzten Herbst bin ich im Besitze einer Waschmaschine von A. Flury-Roth, Zürich III, und darf dieselbe jeder Hausfrau auf's Wärmste empfehlen. Die Maschine wäscht tadellos sauber und schnell und es ist zudem eine große Ersparnis an Brennmaterial und Seife zu verzeichnen. Die Wäsche war früher stets ein Gegenstand der Sorge in unserer großen Haushaltung und jetzt gehts mit so geringer Mühe. Es werden drei Größen à 85, 95 und 105 Fr. fabriziert. Verlangen Sie Prospekte. E. R. in B.

16. Ein solches Uebel in solchem Alter und zu dieser Jahreszeit fordert ärztliche Behandlung. Vor allem gut schließendes Unterkleid, immer trockene Füße, kurz vor Schlafengehen nur wenig trinken. Spirituosen meiden. F. in Z.

16. Für das Bettnässen giebt es leider keine sicher wirkenden Heilmittel. Jedoch ist ganz gut möglich, daß das Mädchen nach vollständiger Entwicklung das Uebel verliert. Zu meiden sind jedenfalls alle starken Mahlzeiten auf den Abend, auch der Genuß von Getränken ist einzuschränken. Bäder und eine kräftige Behandlung des ganzen Organismus, körperliche Arbeit (aber nicht allzu ermüdende) ist sehr zu empfehlen. Größere Kinder sollten mit dem festen Vorsatz in's Bett gehen, rechtzeitig aufzuwachen; es ist staunenerregend, wie gute Wirkung dabei erzielt wird. Es soll auch dem Vernehmen nach auf dem Wege der Hypnose mancher Erfolg zu verzeichnen sein. Ch.

17. Wir geben Ihnen ein gutes Rezept für Orangenmarmelade: Zehn schöne, feinschälige Orangen werden gewogen und das gleiche Gewicht Hutzucker dazu genommen, auf einem Teil desselben die Schale der Orangen oberflächlich abgerieben, die Früchte hierauf mit kochendem Wasser übergossen und einige Stunden zugedeckt stehen gelassen. Dann schneidet man sie kreuzweis ein, preßt den Saft durch ein Sieb, kocht sie in Wasser, bis die Haut völlig weich ist, schabt alles Fasrige heraus, schneidet sie in dünne Stücke und kocht dieselben mit dem Zucker und der abgeriebenen Schale, bis die Stücke durchsichtig aussehen, worauf man den Saft hinzufügt und das Ganze noch eine Viertelstunde sieden läßt, dann füllt man die zu einem Brei gerührte Marmelade in Steintöpfe, die man nach dem Erkalten fest zubindet.

Fragen.

18. Ich besitze ein schönes Karten-Album; leider erhielt die Einbanddecke unvorsichtigerweise Fettflecken. Gewiß kann mir eine liebe Leserin dieses Blattes guten Rat erteilen, wie dieselben zu entfernen sind. Im voraus dankt herzlich Abonnentin im Ausland.

19. Kann man die Toilette-Abfallseife von Bergmann & Cie. wirklich zur Toilette gebrauchen? Sind die 5 Kilo à Fr. 6 vorteilhaft? Ich möchte gerne einen Versuch machen. Vielleicht hat auch schon eine Leserin des „Ratgeber" solche gekauft und könnte darüber urteilen? Zum voraus besten Dank. Henriette.

20. Ist es Eitelkeit, wenn ein die Reinlichkeit liebendes Mädchen gelbliche Flecken im Gesichte, sogenannte Leberflecken (ich meinerseits zweifle sehr daran, daß dieselben mit der Leber im Zusammenhange stehen) durch ein Mittel zu beseitigen sucht? Diese Flecken, die eine größere Fläche einnehmen, als einzelne Sommersprossen, sind nicht zu verwechseln mit diesen. Sie verschwinden im Laufe des Winters etwas, halten aber immer im Frühjahr ihren gefeierten Einzug wieder. Ich las letzthin in Patzens Hausfreund ein einfaches Rezept zur Erlangung eines reinen Teints, das mir einleuchtete. Zu den in den Zeitungen oft empfohlenen Mitteln habe ich nicht viel Zutrauen, auch sind sie mir zu kostspielig. Für freundliche Antwort dankt herzlich Lischen.

21. Wie kocht man Salat-Randen zum Einmachen weich, ohne daß dieselben ihre schöne, rote Farbe einigermaßen verlieren? Kleine Köchin.

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