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

Band: 10 (1903)

Heft: 4

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: 12.07.2025

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

Gratisbeilage zu Nr. 8 des „Schweizer Frauenheim“.

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

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.

№ 4. X. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 21. Februar 1903.

Arbeit, edle Himmelsgabe,
Zu der Menschen Heil erkoren,
Nie bleibt ohne Trost und Labe,
Wer sich deinem Dienst geschworen.
Dir entspringt der Weisen Labe
Und dich meiden nur die Toren;
Ungestützt von deinem Stab,
Ach, wie oft wär ich verloren!

Bodenstedt.

Gritli in der Küche.

II. Teil von: „Wie Gritli haushalten lernt.“

(Nachdruck verboten.)

Viertes Kapitel.

Gritli kocht die erste Suppe und wird von Rosine ausgezankt.

„Suppe und Suppe ist zweierlei“, pflegte Rosine zu sagen. Suppe ist entweder die appetitanregende Vorspeise zu einer Mahlzeit oder sie ist eine nahrhafte Speise für sich. Je nachdem sie den einen oder andern Zweck zu erfüllen hat, soll sie zusammengesetzt und zubereitet werden. Bei uns wird die Suppe gewöhnlich nur als angenehme Einleitung betrachtet, an der sich niemand satt essen könnte. Die Suppe in diesem Sinne darf also niemals zu dickflüssig oder wie ein Brei sein, während da, wo kein Fleisch oder nur noch wenig nahrhafte Gerichte nachher gereicht werden, oder wo sie als alleinige Schüssel den Hunger zu stillen hat, von gehöriger Dicke und mit all den Stoffen, die wir zum Aufbau und zur Erhaltung unseres Körpers nötig haben, gesättigt sein. Das sind Eiweiß, Stärkemehl, Mineralsalze und Wasser. Ich werde dir auch zu diesen letztern Suppen, die dem körperlich arbeitenden Volk so nützlich und gesundheitsfördernd sind, Anleitung geben. Heute kochen wir Herrn Professors Lieblingssuppe, eine Gemüsesuppe. Du kannst das Rezept nachher genau in dein Rezeptbuch*) eintragen, wie überhaupt alle Gerichte, die wir nach und nach kochen. — Zuerst waschen wir die Gemüse rasch in kaltem Wasser durch, lassen sie aber nicht etwa darin liegen, weil sonst die in denselben enthaltenen, für die Ernährung so wertvollen Mineralsalze sich dem Wasser mitteilen. So, und nun nimmst du den runden Holzteller und schneidest jede Sorte für sich in längliche Streifchen. Da kommt zuerst der kleine Kohlkopf, dann die

*) „Gritli's Rezeptbuch“ bildet den Hauptteil des II. Teils von „Wie Gritli haushalten lernt“ und wird etwa 350 erprobte zum Teil ganz neue Kochrezepte enthalten.

Weißrübe, einige Gelbrüben, das Weiße von zwei Lauchstengeln, ein kleiner Selleriezweig, ein Salatköpfchen. Du bringst einen Eßlöffel Kochfett in die Eisenpfanne, lässest es heiß werden und gibst die Gemüse hinein, rührst langsam darin, bis sie sich zu biegen anfangen und streust nun einen kleinen Kochlöffel Mehl darüber, den du noch einen Augenblick mitdünstest. Inzwischen setzest du in der Emailpfanne 1½ Liter Wasser mit etwas Salz zu und gibst deine gedämpften Gemüse hinein, wenn es warm geworden ist. Dann schneidest du noch etwa zwei bis drei rohe Kartoffeln fein dazu und lässest zugedeckt langsam eine Stunde kochen oder zehn Minuten vorkochen und zwei bis drei Stunden im Selbstkocher gar werden. Vor dem Anrichten bringst du in die Suppenschüssel ein Stückchen frische Butter und einen halben Theelöffel von Maggi's Suppenwürze oder statt Butter einige Löffel ungekochte Milch oder Rahm. Und nun lasse ich dich ganz allein machen und sehe nach dem übrigen Essen", schloß Rosine die lange Erklärung.

Gritli nahm die verschiedenen Gemüse vor und schnitzelte eifrig drauf los und schmorte und rührte sie wacker. Eben hatte es das Gemenge in das Salzwasser gebracht und versuchte nun mit dem Kochlöffel, ob es genügend gesalzen sei. Aber da begegnete dieses Beginnen just Rosinens Blick und nun ging das Raisonnieren nicht schlecht los. — „Pfui, wie ekelhaft!" rief sie. „Nimmt nicht das Maitli den Kochlöffel in den Mund und steckt ihn nachher mit der größten Gemütsruhe wieder in die Suppe! So machen sie's alle und bedenken nicht, wie wenig appetitlich, ja wie gesundheitsschädlich diese Manier ist. Der Mund ist bekanntlich der Sitz einer Menge von Fäulnisvorgängen, ja oft von ansteckenden Krankheiten: Halsentzündung, Diphtheritis 2c. Pfui noch einmal! — Sieh hier dieses Töpfchen, zur Hälfte mit Wasser gefüllt; da steckst du einen Eßlöffel hinein und stellst es neben oder auf dem Herd auf. Willst du kosten, so schöpfst du mit dem Kochlöffel ein wenig heraus und gießest es in den Probierlöffel. Den Kochlöffel selbst (die Kelle) brauchst du auch nicht mitkochen zu lassen, wie ich eben sehe. Der macht deine Suppe nicht besser, im Gegenteil, er könnte ihr sogar einen Holzgeschmack beibringen und genießbar wird er auch nicht durchs Kochen; unter allen Umständen ist es also überflüssig und eine schlechte Gewohnheit, den Kochlöffel während des Kochens in dem Gericht stecken zu lassen. Auch dafür habe ich einen bestimmten Platz. Da, diese beschädigte Emailbratpfanne kann dazu dienen; sie wird ebenfalls zur Hälfte mit Wasser gefüllt und da hinein kommen während des Kochens alle Kochlöffel, Schaumlöffel, Schäufelchen 2c., die bei der Zubereitung der Mahlzeit Verwendung finden. Selbstverständlich muß sie ganz in der Nähe sein, damit nicht durch Tropfen auf Herd, Tischen oder gar dem Fußboden häßliche Flecken entstehen." —

Gritli machte ein höchst verdutztes Gesicht. Das alles schien ihm umständlich und unbequem. Aber Rosine wußte so überzeugend zu belehren und anzuleiten, daß es bald zur Einsicht kam, daß sie recht hatte und als es sich diese Kleinigkeiten erst angewöhnt hatte, ging es so leicht, wie von selbst. Es begriff nun seine frühere Ungeschicklichkeit und seinen Mangel an Reinlichkeitsgefühl selbst nicht mehr.

Bei Tisch wurde nun Gritlis erster Kochversuch einer gründlichen Prüfung unterzogen. Herr Professor meinte launig: „Na, das Gritli hat wenigstens das Salz nicht gespart — hat das etwa seinen besondern Grund nach dem bekannten Sprichwort? Sonst ist die Suppe prima, gerade die richtige Dicke, die richtige Mischung der Gemüse, keines tritt besonders hervor im Geschmack und was die Hauptsache ist, alles schön weich." Gritli wurde sehr rot — da kam ihm aber Rosine zu Hülfe und sagte: „Ja, es hat schon seinen besondern Grund, daß die Suppe etwas versalzen ist, aber nicht etwa den von Herrn Professor gemeinten — das fehlte noch bei so jungen Maitli", meinte sie mit einem vernichtenden Blick auf Gritli. „Sie hat eben gleich im Anfang die Suppe gekostet und so viel Salz hineingebracht, als damals nötig schien. Da ist aber die Suppe eingekocht und dadurch Wasser verdampft, so daß sich das Salz nun in

einer kleinern Menge von Flüssigkeit befand und diese also mehr damit versehen wurde. Sie wird's schon noch lernen, daß beim Zusetzen der Gerichte nur schwach gesalzen und erst vor oder auch nach dem Anrichten noch mit Salz und etwaigen Gewürzen nachgeholfen werden muß."

Ein Probe-Essen.

In seiner Winterversammlung genoß der Frauenverein Küsnacht bei Zürich, Sektion des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins, das Vergnügen, Susanna Müllers Selbstkocher zu erproben.

Leider nahmen nicht alle unsere Mitglieder an diesem kurzen, praktischen Kochkurs teil, aber alle die Anwesenden waren sehr wohl befriedigt davon. Und wer hätte es nicht sein sollen!

Nachdem unsere geehrte Lehrerin, Frau Professor Stocker, am Vormittag in ca. 1½ Stunden uns das Vorkochen der mancherlei Gerichte, sowie das Einstellen in drei Selbstkocher gezeigt hatte, waren wir sehr gerne bereit, nach unsern Vereinsgeschäften nachmittags die Mahlzeit zu kosten.

Da kam zuerst sehr gute Bouillon zum Verteilen, dann ausgezeichnetes Siedefleisch mit vorzüglichen Apfelschnitzen, sodann Schafsvoressen mit Polenta, weiter Schweinsbraten mit Kartoffeln und eingemachten Bohnen, ferner dürres Schweinefleisch mit Sauerkraut und zuletzt ein feiner Pudding.

Da unser viele waren zum Probiren, bekam jedes je nur eine kleine Portion, doch genügte sie vollständig, um uns zu beweisen, wie ausgezeichnet der Selbstkocher seine Pflicht getan hatte. Suppe, Fleisch, Gemüse und Dessert kamen dampfend auf den Tisch und waren wirklich so gut durchgekocht und schmackhaft, daß sich's alle mit Vergnügen schmecken ließen.

Frau Professor Stocker erklärte uns in wohlgesetztem Vortrag, welch große Vorzüge der Selbstkocher bietet und überzeugte uns alle davon, daß er eine große Holz- und Zeitersparnis für jeden Haushalt bedeutet. Mit Interesse hörten wir auch von der allmählichen Entwicklung des Selbstkochers zur jetzigen Vervollkommnung und gerne werden wir unser Teil dazu beitragen, das Gehörte und Gesehene weiter zu verbreiten.

Mit Dank nahm unser Frauenverein die reiche theoretische und praktische Belehrung der geehrten Frau Professor entgegen. Auch an die Erfinderin des Selbstkochers, Frl. Susanna Müller, sandten wir ein Wort des Dankes und der Anerkennung mit all unsern Unterschriften. Möge es der geehrten Leidenden ein klein bischen Freude bereitet haben! Die größere Freude wäre ihr wohl die, zu hören, daß viele Frauenvereine solche Vorführung des Selbstkochers anordnen. Gewiß würde sich manche Hausfrau dann diese Hülfe für die Küche anschaffen und damit recht gut haushalten.

Frau Staub-Burkhard.

Ueber die Auswahl der Wurzelgewächse.

(Nachdruck verboten.)

Zu dieser Gruppe gehören sehr verschiedene Gewächse, welche in der Ernährung der Menschen eine bedeutende Rolle spielen.

Wohl den ersten Rang unter den Wurzelgewächsen nehmen die Rüben ein. Je nach der Größe der Rüben zerfallen dieselben in eigentliche Mohrrüben (Rübli) mit langen, spitzen Wurzeln und in Karotten, mit kurzen, dicken Rüben. Beide Arten sind bei richtiger Auswahl der Sorten für die Hausfrau wertvoll; die ersteren ganz besonders für wirtschaftliche Zwecke und als Wintergemüse, die letzteren zur Frühgemüsebereitung. Zu empfehlen sind von den Mohrrüben das hellgelbe Pfälzer-Rübli und St. Valery, letztere eine schöne, glatte, lange, rote Wurzel bildend. Von den Karotten erfreuten mich bei meinen Anbauversuchen die Sorte Guéraude; dieselbe ist früh und wächst zu dicken, kurzen Rüben von schöner, dunkelroter Farbe. Eine ebenfalls wertvolle Sorte erkannte ich in der Karotte von Nantes; die Wurzel ist zylinderförmig, halblang, wird ziemlich groß und hat blaßrotes Fleisch, ferner entwickelt sich die Sorte rasch und liefert verhältnismäßig große Ernten. Wer über einen kleinen Hausgarten verfügt, halte sich an diese Sorte.

Die Aussaat führe man breitwürfig oder in Reihen aus, niemals aber zu dicht, da sonst die Wurzeln sich nicht gehörig ausbilden können. Für 1 Gr. Samen braucht es ca. 500 Körner, d. h. wenn der Samen abgerieben und sauber gereinigt worden ist; 10 Gr. keimfähiger Karottensamen genügen bei richtiger Verteilung für ein 10 Meter langes und 1,20 Meter breites Gartenbeet vollständig. Vorteilhaft ist es, wenn zwei Aussaaten gemacht werden, die erste schon frühzeitig im März, sobald der Boden etwas abgetrocknet ist, die zweite im Sommer; dadurch bleiben die Rüben zart und haben nicht den unangenehmen, scharfen Geruch, wie ältere Rüben.

Neben der bekannten Verwertung der Karotten als Warmgemüse dürfte auch die Verwendung als Salat sehr empfohlen werden. Die Zubereitung ist gleich wie beim Kartoffelsalat.

Die verbreitetste Sellerie sorte ist unstreitbar die Prager Riesen. Dieselbe bildet sehr große Knollen. Auf dem Zürcher Gemüsemarkt greifen die Käufer zuerst nach dieser Sorte. Sehr oft wird aber die Köchin von diesen großen Wurzeln nicht befriedigt sein, da beim Zerschneiden der Knollen das Innere des Fleisches statt schön weiß schwarzgrau aussieht. Für die feinere Küche ist diese Sorte wegen der schlechten Beschaffenheit ihres Fleisches nicht zu empfehlen. Zu den weit feineren Sorten gehören der Erfurter kurzlaubige frühe und der kurzlaubige Apfel-Sellerie. Die Knollen dieser Sorten werden nicht sehr groß und können, weil sie kurzlaubig sind, enger gepflanzt werden und ebenso große Erträge abwerfen, wie erstgenannte Sorte.

Eine bei uns viel zu wenig angebaute Gemüsepflanze ist die Schwarzwurzel; es besitzt dieselbe ein weißes Fleisch, welches bei richtiger Zubereitung dem Geschmack von Spargel und Blumenkohl ähnlich ist. Dieses Gewächs liebt einen sandigen Boden und liefert bei guter Kultur schon im ersten Jahr brauchbare Wurzeln.

Für den großen Haushalt sind die Randen wertvoll, da sie für den Winter wie für das Frühjahr, wenn der grüne Salat noch seltener ist, gute Verwendung finden können. Als alte und bewährte Sorte gilt hier die egyptische Rande von plattrunder Form und dunkelrotem Fleisch. Die Sorte Non plus ultra ist von länglicher Form und bewährt sich ebenfalls gut.

Bei der Auswahl der Monatsrettige, wähle man für die Aussaat im Frühbeet ganz frühe Sorten, welche wenig Kraut bilden, wie z. B. Non plus ultra mit scharlachroten Knollen, oder weiße frühe. Für den Anbau während des Sommers haben sich die Radies Dreienbrunnen, scharlachrote, und Eiszapfen, letztere eine noch neuere Sorte, von länglicher Form und fast durchsichtiger weißer Farbe als vorzüglich erwiesen. Ein fleißiges Begießen während der Wachstumsperiode darf aber nicht vergessen bleiben, wenn die Monatsrettige nicht pelzig werden sollen. Als Sommerrettige darf dem weißen Stuttgarter und violetten Ulmer volle Beachtung geschenkt werden. G. L.

Haushalt.

Palmbutter. Wenn so gegen die Fastnacht hin, wo nach althergebrachter Sitte „die Mutter Küechli backt", eine Sorte von Kochfett beleuchtet wird, die gerade zum „Küechlibacken" sich besonders gut eignet, so werden unsere Leserinnen uns dafür Dank wissen. Denn der so rasch sich leerende „Ankehafe" ist ja stets ein Sorgenkind der sparsamen Hausfrau. — Wir haben Versuche angestellt mit der Palmbutter, haben sie ohne weitere Zutaten von anderm Fett und mit Schweineschmalz und ausgelassener Butter gemischt, verwendet und in beiden Fällen keinerlei unangenehmen Beigeschmack verspürt. Auch das Süßliche, das sonst den Pflanzenfetten anhaftet, machte sich nicht bemerkbar, ebensowenig ein Geruch in heißem Zustande. Sie wird von Aerzten als das leichtverdaulichste Fett bezeichnet und soll in einer Anzahl von Krankenhäusern, Volksküchen, Hotels, Bäckereien und Konditoreien Verwendung finden und um ihrer Reinheit willen auch sehr haltbar sein. Dabei ist zu bemerken, daß Palmbutter nicht nur absolut billiger ist — das Kilo ca. 2 Fr. — sondern sich dadurch auch relativ billiger stellt, daß sie beinahe wasserfrei ist. 3 Kilo Palmbutter reichen so weit wie 4 Kilo Kuhbutter. — Wir Schweizer sollten allerdings keine Veranlassung nehmen, statt der Milchprodukte unseres Alpenlandes fremde Surrogate zu empfehlen. Wer sich reine Kuhbutter leisten kann, der bleibe dabei; wer aber zu rechnen und zu sparen genötigt ist, dem sei Palmbutter als gesunder und da-

bei billiger Ersatz oder als Zusatz empfohlen. (Siehe Inserat auf dem Umschlag.)

Das Aufbewahren von Drogen etc. Auch in sonst ganz geregelten Haushalten kommt es merkwürdig häufig vor, daß man allerlei Dinge in Dütchen, Fläschchen, Schachteln bunt durcheinander aufbewahrt, die eigentlich der sorgsamsten Kennzeichnung bedürften. Welcher Hausfrau ist es nicht schon einmal passiert, daß sie aus der „Schublade für Allerlei" eine Düte mit weißem Pulver herauskramte, ohne zu wissen, ob sie vielleicht Alaun, Hirschhornsalz, kohlensaures Natron oder chlorsaures Kali enthält? Um dies zu vermeiden, halte man streng darauf, daß alle derartigen Dinge mit deutlich geschriebener Inhaltsangabe bereits vom Drogisten versehen werden. Zur Aufbewahrung kann man vorzüglich kleine Kakaobüchsen, Maggifläschchen, Blechschachteln usw. benutzen, die gut verschließbar sind und sämtlich in einem Gelaß aufbewahrt werden. Auf diese Weise bleiben die Drogen brauchbar und es können keine Verwechslungen vorkommen.

Zur Vertilgung der Ratten empfiehlt der Direktor des botanischen Gartens zu Münster, Professor Landois, das folgende Verfahren: Rohes Fleisch und gewöhnliche Speisezwiebeln werden recht fein gehackt und gut zusammengemengt; dieses Gemisch brät man in Schmalz oder Butter leicht an und legt es aus. Nachdem sich die Ratten drei Tage lang an den Futterplatz und das Futter gewöhnt haben, ersetzt man die Speisezwiebel durch Meerzwiebel (Scilla maritima), welche für die Ratten Gift ist; der Wert des Mittels besteht darin, daß die Ratten die Verwechslung nicht bemerken und nach dem Genuß zu Grunde gehen.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: Bohnensuppe, geräuchertes Schweinefleisch, Sauerkraut, Salzkartoffeln.

Dienstag: Schellfischsuppe, *gefüllte Kalbsbrust, Spinat, Reiskroquetten.

Mittwoch: Paniermehlsuppe, *überzogenes Rindfleisch, Maccaroni, Randensalat.

Donnerstag: Kartoffelsuppe, Schweinszunge in Sauce, gebackene Stachis, Weinschnitten.

Freitag: Brotklößchensuppe, *gedämpfte Schellfische, Salzkartoffeln, Nüßlisalat.

Samstag: Rindfleischsuppe, gesottenes Rindfleisch mit Kapernsauce, *Kohlgemüse, *blinde Stockfische.

Sonntag: *Durchgetriebene Reissuppe, Ochsenfilet mit ausgestochenen Kartoffeln, Schafkoteletten mit Bohnen, *Chocoladetorte.

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

Kochrezepte.

Durchgestrichene Reissuppe. 125 Gramm gut gewaschener und gebrühter Reis werden in 2 Liter kräftiger Kalbs- oder Hühnerbrühe weichgekocht; dann seiht man die Brühe ab und tut sie nebst der Hälfte von dem ausgequellten Reis in den Topf zurück, streicht die andere Hälfte Reis durch ein Haarsieb, tut es zu der Suppe und läßt dieselbe unter langsamem Umrühren aufkochen, um sie mit 1—2 in Rahm zerquirlten Eidottern abzuquirlen, wieder heiß werden zu lassen und aufzugeben.

Gedämpfter Schellfisch auf englische Art. Einen großen frischen Schellfisch oder zwei kleinere Fische befreit man von Haut und Gräten, zerschneidet sie in nette Filets und stellt dieselben einstweilen bei Seite. Die Gräten und Abfälle kocht man mit 1 Liter Wasser, einer Zwiebel, einer Rübe und 6 Pfefferkörnern drei Viertelstunden aus, seiht die Brühe durch, verdickt sie mit einer hellen Mehlschwitze, würzt sie mit Salz, einer Messerspitze Cayennepfeffer, kocht sie ein und dämpft die Fischstücke darin gar, um sie in der Sauce aufzugeben; häufig bäckt man in Mehl gewendeten Fisch vor dem Dämpfen auch erst in Butter oder heißem Speck bräunlich.

Gefüllte Kalbsbrust. Eine kleine Handvoll grünes Gewürz, eine mittelgroße Zwiebel, und 100 Gr. in Milch eingeweichtes und wieder ausgedrücktes Brot wird zusammen fein gehackt und in ganz wenig heißer Butter einige Minuten abgedämpft. Wenn die Masse erkaltet ist, werden 2—3 Eier, eine starke Prise Pfeffer, ein wenig Muskatnuß und das nötige Salz darunter gemischt. Unterdessen wird eine 1½ Kilo schwere Kalbsbrust von den Knochen befreit, die Haut zum Teil vom Fleisch getrennt und innen und außen mit Salz und Pfeffer eingerieben, die Masse gleichmäßig eingefüllt, mit Bindfaden zugenäht und im Ofen wie ein Kalbsbraten behandelt.

Ueberzogenes Rindfleisch. 1 Kilo Rindfleisch, von der Laffe oder Hohrücken, wird in einem Suppentopf halb weichgesotten, die Bratpfanne mit Butter oder Fett bestrichen, das Fleischstück hineingelegt und feines Salz darüber gestreut. Dann wird in einer gut verzinnten Pfanne 1 Liter Mehl mit kalter Milch glatt gerührt, 1 Eigelb, ½ Tasse Milch, das nötige Salz, 1 Prise Muskatnuß und 1—2 Löffel geriebener Käse darunter gemischt; dies wird auf dem Feuer zu einer dicklichen Crême gekocht, dann über das Fleisch gestrichen, geriebene Brosamen darüber gestreut, im heißen Ofen allseitig gelb und weich gebraten, und mit einer beliebigen Sauce oder auch im eigenen Saft serviert.

Blinde Stockfische. Etwa 500 Gr. gekochtes Fleisch wird mit einer halben Zwiebel fein verwiegt und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß gewürzt. In 1—2 Löffel Speckwürfelchen wird eine halbe Zwiebel hellgelb gedünstet, obige Fleischmasse hineingegeben, mitgedämpft, mit Fleisch- oder Knochenbrühe verdünnt, dicklich eingekocht, dann mit der nötigen „Maggi-Würze" vermischt und in die Wärme gestellt. Nun bereitet man einen Omelettenteig von 5—6 Eiern. In wenig Butter

wird eine dünne Omelette auf einer Seite gebacken, gewendet, in die Mitte derselben einige Löffel warme Fleischmasse eingefüllt, die Omelette in der Pfanne aufgerollt, auf eine lange heiße Platte angerichtet und mit dem übrigen Teig so fortgefahren. — Blinde Stockfische serviert man zu einem saftigen Gemüse oder Salat oder auch mit einer passenden kräftigen Sauce.

Kohlgemüse. Zwei in vier Teile geschnittene Kohlköpfe werden rein gewaschen, in stark kochendem Salzwasser schnell weichgekocht, auf ein Sieb geschüttet, mit kaltem Wasser abgeschwenkt, ausgedrückt und feingehackt. Dann wird in einer Pfanne 30 bis 50 Gr. gesottene Butter oder Fett heiß gemacht, 1 Löffel gehacktes grünes Gewürz und Zwiebeln darin gedünstet, den Kohl, das noch nötige Salz, ein wenig Muskatnuß, 1—2 Löffel Mehl hineingegeben, dann mit Fleischbrühe zur gewünschten Dicke gekocht.

Chocoladentorte. Für 6—8 Personen. 150 Gramm süße Butter, 150 Gramm Staubzucker, 6 Eier, 150 Gr. ungeschälte, geriebene Mandeln, 130 Gr. süße und 20 Gr. bittere, gute, geriebene Chocolade, 1 Messerspitze voll Vanillin, 1/3 an Zucker abgeriebene Zitronenschale, 1 Eßlöffel voll Zitronensaft und 1—2 Eßlöffel voll Kirschwasser, 1 gehäufter Löffel voll Maizena. — Die Butter wird schaumig gerührt, der Zucker und nach und nach die Eigelb beigefügt und alles 1/2 Stunde gerührt. Dann werden die übrigen Zutaten außer dem Eiweiß beigemischt und alles gut untereinander gemengt. Hernach wird der steife Eierschnee darunter gezogen, die Masse in die gut ausgestrichene und ausgestreute Form gefüllt und bei mittlerer Hitze während 3/4—1 Stunde gebacken. Die sehr feine Torte, die auch ohne Crême serviert werden kann, wird, wenn sie erkaltet ist, mit Kirschwesser- oder Vanillenglasur bestrichen.

Basler Kochschule.

Fastnachtküchli. 1 Kilo gewärmtes Mehl, 2 Kaffeelöffel voll Salz und 1 Kaffeelöffel voll Backpulver (Mischung von 1 Teil Natron und 2 Teilen pulverisiertem Weinstein) werden miteinander gemischt mit 8/10 Liter warmer Milch, worin 80 Gr. Butter zerlassen ist, zu einem schönen geschmeidigen Teig gearbeitet, bis dieser nicht mehr an den Händen klebt und blasig ist. Dieser wird dann messerrückendick ausgewalzt, in 10 Centimeter große Vierecke geschnitten, in heißer schwimmender Butter gebacken und am besten frisch serviert.

Eierküchli. 8 Eier, eine halbe Tasse süßen Rahm oder in Ermangelung dessen 50 Gr. süße Butter werden schaumig gerührt, zirka 700 Gr. Mehl darunter gewirkt, eine Prise Salz beigegeben und auf dem Wirkbrett zu einem zarten, luftigen Teig geknetet, ganz dünn ausgewallt und mit dem Backrädchen oder Messer runde oder viereckige Stücke daraus geschnitten, diese in der Hand so dünn ausgezogen, daß sie durchscheinend werden. Wenn zwei Personen bei der Arbeit sind, so kann mit dem Backen in heißem, schwimmendem Fett sofort begonnen werden. Andernfalls empfiehlt es sich, die einzelnen ausgezogenen Stücke auf einem großen, mit reinem mehlbestäubten Tuche belegten Tische nebeneinander zu legen und nachher zu backen. Ein Haupterfordernis ist ein gut gewirkter, elastischer Teig. Nach dem Backen werden die Küchli mit gestoßenem Zucker bestreut.

Gesundheitspflege.

Die Körperhaltung während des Schlafes und die Zusammenstellung des Bettes üben auf die Gesundheit einen weit größeren Einfluß aus, als man gewöhnlich annimmt. Die zweckmäßigste Lage während des Schlafes ist die rechte Seitenlage oder die Rückenlage mit mäßig erhöhtem Kopf und ausgestreckten Gliedern. Die linke Seitenlage wird von vielen Menschen unangenehm empfunden, da dabei ein Druck auf die Herzgegend ausgeübt wird. Das Anziehen der Kniee gegen den Leib ist schädlich; die Glieder kommen dabei nicht zur Ruhe. Die Wäschestücke, die man während des Tages trägt, sollen zur Nachtruhe immer gewechselt werden. Das Bett muß so gestellt sein, daß der Schlafende nicht gegen das Licht sieht, selbst wenn die Fenster durch Vorhänge verdeckt sind. —

Von vielen Aerzten wird das Federbett verurteilt; doch ist es nur da unbedingt zu verwerfen, wo man sich der schweren, ganz gefüllten Deckbetten bedient, wie sie zu Großmutters Zeiten noch allgemein verwendet wurden. Die so sehr empfohlenen Steppdecken verhüten wohl eine allzu warme Bedeckung des Körpers, anderseits ist es dabei aber nicht leicht möglich, einzelne Körperteile, die man gern warm eingehüllt hat, z. B. die Füße, gut zuzudecken. Ein Federkissen auf das Fußende des Bettes gelegt, hilft diesem Uebelstande ab, genügt aber nicht jedermann. Wer Federbetten liebt, möge sich immerhin solcher, die leicht gefüllt sind, bedienen und den Federninhalt so zurecht schütteln, wie es ihm paßt. Im Kopfkissen wird in der Regel die Federfüllung bevorzugt; bei Haarkissen ist die Rollenform der Keilform vorzuziehen. Bei der Zusammenstellung des Bettes suche man sich der Jahreszeit anzupassen und lasse dabei nicht aus dem Auge, daß das Bett für die Nacht die Bekleidung unseres Körpers darstellt und daß die Eigenwärme während der Ruhezeit niedriger ist. Man rüste also das Bett so aus, daß keine zu starke Abkühlung und keine Erhitzung des Schläfers stattfinden kann.

Krankenpflege.

Die **Seekrankheit** ist ein Uebel, das auch jeden reiselustigen Leser unseres Blattes befallen kann. Es mag daher interessant sein, zu vernehmen, was ein bekannter Arzt, Dr. med. Korn in Berlin im „Roten Kreuz" darüber berichtet.

Die Disposition zur Seekrankheit ist sehr verschieden; während der eine unbeanstandet lange Reisen auch bei stürmischem Wetter macht, muß der andere dem unerbittlichen Meergott regelmäßig, auch bei kleineren Fahrten, seinen Tribut zahlen. Die Merkzeichen der verpönten Krankheit sind: Schwindel, Müdigkeit, Abspannung, Teilnahms- und Willenlosigkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit und Verdauungsbeschwerden, Erbrechen, oft von Angstanfällen begleitet. Ueber die Ursache der Krankheit ist man noch nicht völlig aufgeklärt; man nimmt blos an, daß die Schiffsbewegungen, namentlich bei stürmischem Wetter eine Zerrung der Eingeweide und ihrer Nerven erzeugt, die weiter auf den übrigen Organismus wirkt. Mittel gegen die Seekrankheit werden wohl viele empfohlen; sie sind aber durchaus nicht unfehlbar. Bei kleineren Fahrten kann durch das Einnehmen von Cocaïn, Opium, Morphium und Brompräparaten die Krankheit hintangehalten werden, für größere Reisen wirken diese Medikamente jedoch nicht für die Dauer. Das beste Mittel soll sein, möglichst auf der Mitte des Verdecks zu bleiben, ruhig, mit geschlossenen Augen auf einem langen Verdeckstuhl ausgestreckt zu liegen und nur leichte Nahrung zu sich zu nehmen. Eine Stunde vor dem Einschiffen soll man gut und kräftig ohne Genuß alkoholischer Getränke essen. Wenn der Magen in normalem Zustande, also nicht überladen ist, tritt die Genesung, auch nach einem Anfall von Erbrechen rascher ein. Eukalyptus-Zeltchen sollen auch eine gute Wirkung ausüben; Brausepulver, Eis, Champagner, kalter Kaffee sind gegen das Erbrechen einzunehmen. Durch eine fest angezogene Bauchbinde oder ständige Bauchlage versucht man oft die Störungen abzuwenden. In der Regel geht die Seekrankheit verhältnismäßig rasch vorbei und es stellt sich ein heilsamer Einfluß auf den Organismus ein; der Appetit wird kräftiger ꝛc. Seereisen werden aus diesem Grunde in letzter Zeit oft von Aerzten empfohlen, doch ist schwächlichen Lungenkranken und Unterleibskranken davon abzuraten.

Kinderpflege und -Erziehung.

Schwachhörige und nur auf einem Ohre taube Kinder müssen in der Schule so gesetzt werden, daß sie den Unterricht verstehen können. Es liegt den Eltern ob, beim Eintritt solcher Kinder in die Schule auf den Fehler aufmerksam zu machen, damit nicht die Lehrer für Zerstreutheit und Unaufmerksamkeit halten und bestrafen, was Folge des Gehörfehlers ist. — Krankhafte Schwellungen im Innern der Nase und des hinter denselben liegenden Nasenrachenraums können wirkliche Unaufmerksamkeit, Unbesinnlichkeit und Gedächtnisschwäche hervorbringen und dadurch zur Verhängung von Schulstrafen über diese armen Kinder Anlaß geben. Bei solchen Fehlern, die doch den Eltern, wofern sie ihren Kindern die schuldige Aufmerksamkeit widmen, nicht wohl verborgen bleiben können, ist ärztliche Behandlung meistens im stande, das Uebel zu mindern oder selbst ganz zu beseitigen; es darf eben nicht ein Ohrenfluß, ein beständiger Schnupfen oder eine chronische Mandelschwellung für etwas Gleichgültiges gehalten werden. Dr. Dornblüth.

Gartenbau.

Wann und wie werden Nelken vermehrt? Die geeignetste Zeit ist der Januar oder Februar. Man nimmt von den gesündesten Pflanzen kräftige, junge Triebe, schneide oder reiße dieselben, stecke sie in reinen Sand bei einer Bodenwärme nicht über 10° R. und halte dieselben gleichmäßig feucht; allzu grelle Sonne ist zu vermeiden, es müssen die Stecklinge dann beschattet werden. Nach Verlauf von fünf bis sechs Wochen sind die meisten bewurzelt und können entweder in ganz kleine Töpfe einzeln oder aber auch in Handkästen pikirt werden. Nachdem dieselben eingewurzelt sind und sich gekräftigt haben, müssen sie abgehärtet werden und kommen in einen Kasten, wo so viel als möglich gelüftet werden muß. Im Mai werden die Stecklinge in's Freie gepflanzt.

Tierzucht.

Die Lüftung der Geflügelhäuser darf auch im Winter nicht außer Acht gelassen werden. Fehlt eine regelmäßige Erneuerung der Luft, so wird der ganze Raum bald dumpfig und mit gesundheitsschädlichen Dünsten erfüllt sein. Bei Frostwetter schlägt sich die aus den Lungen der Vögel ausgeatmete Feuchtigkeit in Form von Reif an den Wänden nieder und bei nachfolgendem Tauwetter sickert die Feuchtigkeit von der Decke und von den Wänden herunter und macht das Haus feucht und ungesund. Es ist unumgänglich nötig, täglich im Winter, und zwar nicht zu sparsam, frische Luft einströmen zu lassen, was am besten dann geschieht, wenn man dem Geflügel durch Einstreuen von Futter Gelegenheit zu lebhafter Bewegung verschafft. An wärmeren sonnigen Mittagen kann man unbesorgt Türen und Fenster, die ja überhaupt bei einem vernünftig angelegten Hühnerhaus nach Süden liegen sollen, weit öffnen, so lange die Sonne in den Raum hineinscheint und Wärme spenden kann. Dagegen hüte man sich, die Vögel unmittelbar der Zugluft auszusetzen, eine Gefahr, die auch bei der Mehrzahl der künstlich eingerichteten Ventilatoren vorliegt. In kalten Winternächten muß selbstverständlich alles dicht verschlossen sein, noch mehr aber bei windigem Wetter, gegen welches auch ein völlig dicht gefügtes Haus kaum ausreichenden Schutz gewährt.

Frage-Ecke.

Antworten.

7. Gegen **Handschweiss** kann ich Ihnen Holzessig empfehlen. Für 10 Cts. erhalten Sie in jeder Apotheke zum Ueberfluß. Man muß ein wenig auf die hohle Hand schütten, gut einreiben und trocknen lassen, etwa ein Mal in der Woche. Die Hände erhalten gelbe Striemen, die man erst nach mehrmaligem Waschen wegbringt. Das Mittel tat mir sehr gut. Die Hände werden nicht rauh oder rissig, wie dies bei vielen Salben 2c. der Fall ist. Luggi.

11. Wenn Sie selber für den Hausbedarf in einer **Haushaltungs-Buttermaschine** buttern wollen, so müssen Sie nur den abgenommenen Rahm, nicht die ganze Milchmenge in das Gefäß geben. Hausfrau in Z.

13. Nachstehend zwei Rezepte zu **Mehlspeisen**:

Schwammklöße. 200 Gr. Mehl wird mit 1/2 Liter Milch glatt gerührt, dann mit 200 Gr. Butter auf dem Feuer so lange weiter gerührt, bis sich der Teig von der Pfanne löst. Nach dem Erkalten werden nach und nach 5 Eier hinzugegeben, sowie Salz und Muskatnuß. Mit einem Eßlöffel werden nun Klöße ausgestochen, in kochendes, gesalzenes Wasser gelegt und 5 Minuten gekocht. Zu Sauerbraten sehr gut.

Seidenmüsli. Zutaten: 1 Liter Milch, 3 Eier, Zucker nach Belieben. Das Mehl wird mit wenig Milch glatt gerührt, die Eier beigefügt, mit dem Rest der Milch, dem Zucker und nach Geschmack etwas Vanille oder Zimmt auf's Feuer gegeben und zu einem Brei gekocht. Schmeckt kalt besser als warm. E. H.-B.

14. Wir haben zwar eigene **Katzen**, aber sehr reinliche. Gründlich vertrieben haben wir fremde mit Streuen von Pfeffer an den betr. Stellen. Luggi.

15. Um sich im **Obst- und Gemüsebau** zu unterrichten, abonnieren Sie am besten den „Schweiz. Pflanzenfreund" von E. Meier, Handelsgärtner, Rüti (Zürich). Es ist eine Zeitung, die monatlich ein Mal, gewöhnlich 12 Seiten stark erscheint und deren Jahres-Abonnement Fr. 1.20 beträgt. Sie finden darin über Gewünschtes Auskunft.

Freundlichen Gruß

Eine Zürcher-Oberländerin.

16. Um Hühnern das **Eierfressen** abzugewöhnen, entziehe man ihnen die Gelegenheit dazu. Dies geschieht durch Anwendung gut gearbeiteter Porzellaneier als Nesteier und tunlichst baldiger Wegnahme der frisch gelegten Eier. Die Hühner können die Porzellaneier von den eigenen nicht unterscheiden und geben die vergeblichen Versuche, die Eier aufzupicken, bald auf. Das Fressen der eigenen Eier gewöhnen sich die Hühner leicht an, wenn sie die ganzen Eierschalen, wie sie aus der Küche kommen, zum Fressen erhalten. Die Eierschalen bekommen den Hühnern allerdings sehr gut und werden gern angenommen, sollten aber nicht anders, als fein gewiegt und unter das Futter gemengt verabreicht werden.

Auch tut man gut, derartige Hühner zum Legen an einen dunklen Ort zu sperren und öfter nachzusehen, ob sie gelegt haben, um die Eier bald fortzunehmen. Sieht die Henne ihr Ei nicht, kommt ihr die Lust zum Fressen weniger an. Es empfiehlt sich daher, verschiedene Kästen mit Schiebedeckeln und Luftlöchern versehen im Hühnerstall zu haben, um die Tiere womöglich einzeln einsperren zu können. Man wird dann bald die Hauptübeltäterin herausfinden und vermeiden, daß sie es die andern lehrt. Will es diese oder jene von den Hennen nicht lassen, so schlachte man sie. Die Hühner fressen gewöhnlich nur weichschalige Eier oder solche, bei denen Eiweiß und Dotter nur mit der inneren Haut bedeckt sind (Windeier). Kommen solche Eier öfter vor, so ist es ein Zeichen, daß es dem Federvieh an kalkartigem Stoff zum Fressen fehlt. Man gebe deshalb Gips oder getrocknete und kleingehackte Eierschalen unter das Futter und sorge für Mauerputzabfälle u. s. w. zum Picken für die Hühner; dadurch erhärtet sich die Eierschale. R. St.

Fragen.

17. Kann mir eine der geehrten Leserinnen mitteilen, wie man Zitronenschalen zu **Sirup** verwendet? H. R. in B.

18. Kann mir jemand aus dem geehrten Leserkreise mitteilen, wie man **Tintenflecken** aus Weißzeug entfernt, ohne daß der Stoff Schaden erleidet? Für Antwort herzlichen Dank.

Abonnentin A. W.

19. Welche in der bessern Küche erfahrene Abonnentin würde so freundlich sein, einer jungen Hausfrau ein feines Rezept für **Kalbszunge** an einer Sauce mitzuteilen? Bestens dankend R.

20. Mit welchem Mittel lassen sich aus einem Hartholzparquettboden seit 2—4 Jahren bestehende **Tintenflecke** vertilgen? J. Z.

Etwas Neues für die Osterzeit!
Interessant für Jung und Alt!

Ostara-Papier

D. R. P. No. 133381.

Unstreitig schönste Zierde für Ostereier. Leicht anwendbar.

Zu haben in Apotheken, Drogen- und Farbenhandlungen.

Man achte auf die Bezeichnung: „Ostara-Papier".

Alleiniger Fabrikant:

Wilhelm Brauns, Quedlinburg (Harz).

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