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

Band: 10 (1903)

Heft: 16

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. 33 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.

№ 16. X. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 15. August 1903.

Über den dunkelsten Lebensweg
Schlägt Arbeit einen sonnigen Steg,
Und selbst die trübsten Seelenleiden
Schmilzt sie um in heimliche Freuden.

Gritli in der Küche.

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

(Nachdruck verboten.)

Zwölftes Kapitel.

Gritli
lernt Kaffee und Thee bereiten
und hört von allerlei Getränken.

„Daß man unter dem Namen Kaffee allerlei braune Brühen zu kosten bekommt, ist leider eine ausgemachte Sache und daß manche Hausfrau aus Unkenntnis einen schlechten Kaffee braut, ebenso gewiß. Ich hoffe, du weißt jetzt, daß auch der Kaffee pünktlich und genau besorgt sein will, wenn das Getränk erfrischend und wohlschmeckend sein soll. Die Sorgfalt beginnt schon vor dem Rösten. Ich bin nämlich gar nicht für gekaufte geröstete Kaffeesorten. Gewöhnlich ist es ein Gemisch von geringern Sorten und in der Regel ist er auch zu stark geröstet. — Wir erlesen unsern Kaffee, waschen ihn durch ein lauwarmes Wasser, indem wir ihn zwischen den Händen tüchtig reiben. Wer es einmal gesehen hat, wie schmutzig dieses Wasser wird, der wird seinen Kaffee nicht mehr ungewaschen rösten. Dann spült man ihn durch mehrere kalte Wasser, läßt ihn abtropfen und breitet ihn auf einem trockenen Tuche aus zum trocknen. Der Kaffee wird nun „gebrannt“ oder geröstet. Zu diesem Zwecke bedient man sich am besten einer Kaffeetrommel oder einer runden Röstpfanne mit Deckel. Diese geschlossenen Röstapparate sind offenen Pfannen weit vorzuziehen, weil sich das Aroma während des Röstens nicht verflüchtigt.“

„Dann kommt aber doch auch ein Löffel Fett in die Pfanne, nicht wahr?“ warf Gritli dazwischen ein. Wie von einer Tarantel gestochen, fuhr Rosine herum. O, du heilige Einfalt! rief sie. Unterstehe dich, mir diesen Unfug mit diesem guten Kaffee zu treiben. Da würden der Herr und die Frau Professor nicht übel außer sich geraten, wenn wir Ihnen solchen Kaffee servierten. Nein, nein, kein Atom von Fett darf dazu kommen. Die losen Häutchen sollen sich von den Bohnen trennen und entfernt werden durch Schütteln,

was bei Fettzusatz nicht mehr möglich wäre, weil sie festklebten."

Gritli rührte nun langsam auf mäßigem Feuer unter Rosinens Anleitung ganz gleichmäßig. Als es etwas zu rauchen begann, wurde schnell der Deckel geöffnet und geschüttelt, damit der überflüssige Dampf entweiche: Dies wiederholte man einigemal bis der Kaffee im Innern zu knistern begann; dann hielt man Nachschau, nahm schnell eine Bohne heraus und versuchte sie zu zerdrücken, aber wohl verstanden, ohne mit Rühren und Schütteln aufzuhören. Gab sie nach und war sie auch innerhalb braun, ja nicht etwa schwarz, so war der Kaffee genug geröstet. Leistete sie zu starken Widerstand, so setzte man die Arbeit noch ein bischen fort. „Der richtige Röstegrad ist, wenn alle Kaffeebohnen gleichmäßig kastanienbraun aussehen," belehrte Rosine weiter. „Dann schüttet man sie zu raschem Erkalten auf eine flache Schüssel oder ein Blech und schüttelt bis keine Häutchen mehr wegfliegen. Sobald der Kaffee erkaltet ist, wird er in gut schließende Blechbüchsen gefüllt. Wir brachten ihn früher stets heiß in die Büchsen und streuten gestoßenen Zucker darüber, der ihm das Aroma erhalten sollte. Seit aber vor einigen Jahren ein Herr Professor aus Paris bei uns auf Besuch war, der nicht nur ein hochgelehrter Mann, sondern auch ein großer Feinschmecker war, haben wir jene Methode aufgegeben. Er bewies uns nämlich, daß der Kaffee einen eigentümlichen Beigeschmack annehme durch das sofortige Verschließen und behauptete, das feine Aroma entwickle sich erst durch den Kontrast von Wärme und Kälte. Frau Professor ist nicht so leichtgläubig. Wir machten Versuche, rösteten 1 Pfund nach alter Manier und 1 Pfund nach Pariser Mode und siehe da, die letztere war wirklich die bessere. Seither sind wir dabei geblieben und mahlen auch den Kaffee nicht mehr im Vorrat, sondern vor dem jeweiligen Gebrauch nur das nötige Quantum. Wer keinen reinen Bohnenkaffee trinken will aus Sparsamkeitsrücksichten, der kann mit einigen unschädlichen Surrogaten nachhelfen, wie z. B. Feigenkaffee oder sog. Kaffee-Extrakt (Essenz), welch letzterer nur aus gebranntem Zucker hergestellt ist und die Farbe verschönert. Für reinen Bohnenkaffee mittlerer Stärke rechnet man auf 1 Liter Wasser 80—100 Gramm Kaffeepulver, für einen guten Milchkaffee 40—50 Gramm und 7—8 Gramm Surrogat (Essenz).

Am besten ist es, sich beim Spengler ein kleines Becherchen machen zu lassen, welches genau das Maß für den täglichen Bedarf hält. Der frisch gemahlene Kaffee kommt nun entweder auf das Aufguß-Sieb der Kaffeekanne und wird mit kochendem Wasser, dem das Surrogat und eine Prise Salz beigegeben wurde, übergossen, wobei mehrmals siedend nachgegossen wird, oder aber, man wirft das Pulver samt Essenz und Salz in das kochende Wasser in die Pfanne, rührt einmal um, deckt zu und zieht den Kochtopf vom Feuer zurück und läßt einige Minuten ruhig stehen, bis sich der sog. Kaffeesatz zu Boden setzt; aber ja nicht etwa kochen lassen, wodurch alles Aroma verloren ginge. Die erste Zubereitungsart gibt einen feinern und duftendern Kaffee, während der nach letzterer Art, kräftiger schmeckt. Wo größere Quantitäten Kaffee bereitet werden, kann man einen Teil des Pulvers gleich mit dem kalten Wasser zusetzen und den übrigen in den Aufguß bringen und sobald die Flüssigkeit in's Sieden kommt, sie über diesen Teil des Kaffees gießen. Sehr vorteilhaft sind auch die verschiedenen Kaffeemaschinen, deren System ein fortwährendes Begießen des Kaffeepulvers in automatischer Weise besorgt. Wo hartes Wasser vorhanden ist, empfiehlt es sich, dasselbe durch die Beigabe einer Messerspitze Soda oder von ganz wenig doppelkohlensaurem Natron weich zu machen. Eine Hauptsache ist das vollständige Auslaugen des Pulvers mit siedendem Wasser. Es darf also nicht etwa bloß warmes Wasser nach dem ersten Aufguß nachgeschüttet werden. Wo die Flüssigkeit langsam abläuft, wie z. B. bei schwarzem Kaffee infolge der größern Menge des Pulvers, empfiehlt es sich, die Kanne während des Aufgießens in heißes Wasser zu stellen. Wir nähern uns also wieder dem alten Brauch unserer Großmütter, welche die dickbauchige „Kaffeetiere"

mit den drei Beinen nach dem Aufguß noch vor dem Herdfeuer aufstellten, um den Kaffee „ziehen" zu lassen. Du siehst, das „Kaffeemachen" will auch gelernt sein.

Auf dem gleichen Prinzip beruht auch die Theebereitung. Das richtige Auslaugen der Theeblätter ohne Schädigung des Aromas ist die Hauptbedingung zu gutem Thee. Wer ein Häufchen Theeblätter in eine kalte Theekanne bringt und diese mit kochendem Wasser anfüllt, der hat seinen Thee schlecht ausgenutzt. Vor allem erwärme man die Theekanne durch einen Guß heißen Wassers, das man ein paar Minuten darin läßt, die Kanne damit spült, weggießt und erst dann die Theeblätter direkt oder in einem Thee-Ei hineinbringt. Nun kommt ein kleiner Guß siedenden Wassers darüber. Man läßt den Thee erst ein bis zwei Minuten ziehen und gießt dann den Rest des Wassers wiederum kochend nach. Kleine Mullsäckchen oder eben die Thee-Eier zur Aufnahme der Theeblätter bewähren sich gut, da sie das Entfernen derselben erleichtern. Bei längerer Verbindung der Blätter mit dem Wasser, wird der Thee bitter und unzuträglich. Direkt aufgegossener Thee soll, je nach der Theesorte 4—5 Minuten abgegossen werden. Die neue Theeaufgußmaschine von Jenny in Zürich, welche die Theeblätter von Anfang an im Deckel der feuerfesten Kanne auf einem Sieb hält, wo sie durch den aufsteigenden Dampf des Wassers erweicht und erhitzt und erst beim Sieden desselben in die Tiefe gesenkt werden, nützt den Thee sehr gut aus. Sie erhöht das Aroma und erspart somit an der Quantität der Theeblätter ohne die Qualität des Getränks zu schädigen. — Auch bei der Theebereitung kann nur weiches Wasser die Theeblätter richtig auslaugen; ist es nicht von Natur aus vorhanden, so sind auch hier kleine Zusätze von Natron oder Soda angebracht. Man liebt den Thee verschieden stark. Zu einem gesunden, nicht aufregenden Familienthee rechnet man auf einen Liter Wasser 8—10 Gramm Thee.

Schokolade und Kakao zählen auch zu den warmen und gesunden Getränken. Ich will dir sagen, daß es auch hier nicht nur von der Qualität der Rohprodukte abhängt, ob das Getränk nahrhaft und schmackhaft ausfällt, sondern ebensosehr von der Zubereitung. Die Schokolade ist nicht zu zerreiben, sondern nur in Stücke zu brechen; diese setzt man in einer kleinen Kasserole mit kaltem Wasser zu und erhitzt sie auf schwachem Feuer unter gelegentlichem Umrühren. Inzwischen wird das nötige Quantum Milch siedend gemacht, die zergangene Schokolade dazu gegeben und noch einige mal aufgekocht. Kakao rührt man ebenfalls mit kaltem Wasser an und läßt heiß werden. Dann gießt man die Milch kalt zu und kocht alles zusammen bis zum Siedepunkt. Kakao muß mit Zucker etwas gesüßt werden.

Auf eine große Tasse Schokolade rechnet man 30—35 Gramm des Rohprodukts, für ebensoviel Kakao wird ein Theelöffel Kakaopulver verwendet. Das größere oder geringere Quantum Wasser zur Mischung hängt vom persönlichen Geschmack ab. Manche nehmen bis zur Hälfte Wasser, andere bereiten Schokolade und Kakao nur mit Wasser; je mehr Milch dazu verwendet wird, um so nahrhafter wird das Getränk.

Von den kalten Getränken ist die moussierende Limonade neben verdünnten Fruchtsäften und Zitronenwasser noch sehr zu empfehlen. Ich werde dir das Rezept später geben zum eintragen in dein Rezeptbuch. Was ich dir aber gleich heute noch sage und dir recht an's Herz lege, das ist die Wahrheit, daß alkoholische Getränke nie und niemals stärken oder „Kraft" geben. Sie können wohl bei schweren Krankheiten als augenblickliches Anregungsmittel dienen und auch auf Gesunde diese Wirkung ausüben. Sie sind aber infolge ihres Alkoholgehaltes bei fortgesetztem Genuß, ein Feind der Gesundheit. Daß das Uebermaß geradezu ein Gift, nicht nur für den Trinker selbst bedeutet, sondern auch die Gesundheit seiner Nachkommen gefährdet und das Familienglück zerstört, das hast du wohl schon zur Genüge gesehen. Man fliehe also diese Gefahr, wann und wo sie sich zeigt. Man meide Wein und Bier und seine zahlreichen Vettern; die Liköre, Cognac,

Rum und drgl. — Wenn wir bei der Zubereitung mancherlei Gerichte Wein und drgl. verwenden, so ist zu bedenken, daß der Alkohol sich durch das Kochen verflüchtigt und unschädlich wird. Vor allem aber: Kinder bekommen unter keinen Umständen alkoholhaltige Getränke."

(Fortsetzung folgt.)

Die schlimmsten Feinde in unseren Gemüse-Gärten und ihre Bekämpfung.

(Nachdruck verboten.)

III.

Ein schlimmer Wurzelfresser an Gemüse und Erdbeeren ist der bekannte Engerling; es ist dies die Larve des gefräßigen Maikäfers. Beim Umgraben, Hacken, sowie beim Umarbeiten des Komposthaufens der Gartenarbeiten sollte nebst anderen Schädlingen, auch dieser vernichtet werden; ein sichereres Mittel gibt es nicht. Nebenbei sind natürlich auch die lästigen Maikäfer schon in den ersten Tagen ihrer Flugzeit zu töten, wenn eine Verminderung der Engerlinge eintreten soll. Ein einziges Maikäferweibchen vermag bis 70 Eier in den Boden zu legen, woraus nach 4 Wochen die Engerlinge ausschlüpfen.

Eine mit dem Maikäfer verwandte Art ist der etwas kleinere, mit grünschimmerndem Halsschild bekleidete Gartenlaubkäfer. Der Schaden, der dieser vorzugsweise an unseren schönsten Rosensorten anrichtet, ist ganz bedeutend.

Das Zerstörungswerk, das die schon besprochenen Ameisen an unseren Lieblingsblumen nicht vollenden, das führt dann der Gartenlaubkäfer aus; indem er mit großer Gefräßigkeit in die zarten Rosenknospen Löcher frißt. Durch Abschütteln dieser Käfer am frühen Morgen in ausgebreitete Tücher oder Schirme, können wir viele unserer schönsten Rosen retten und der weiteren Vermehrung dieses Nagers Einhalt tun.

Häufig ist zu beobachten, daß Bohnensamen im Boden, sowie Kartoffelknollen, Rübli, Rettige, Salat angefressen sind oder daß sogar Tomatenpflanzen plötzlich abstehen. Untersucht man die Pflanzen und die umgebende Erde etwas näher, so finden wir einen mehlwurmartigen rotgelben Schmarotzer, der Drahtwurm heißt. Wie beim Engerling ist die sorgfältige Bodenbearbeitung und das Zerstören aller dabei gefundenen verdächtigen Insekten, auch hier das einzig erfolgreiche Vernichtungs-Verfahren.

An den zarten Kohlpflänzchen, Salat und Bohnen vermögen die kleinen nackten Ackerschnecken häufig Schaden anzurichten. Bei regnerischer Witterung machen sich diese in ganz enormer Anzahl bemerkbar, namentlich, wenn die Gärten an Wiesenflächen grenzen. Etwas abhalten von den Pflanzen lassen sich diese Schnecken durch Ausstreuen von Sägemehl, trockenen Fichtennadeln, Gerstenspreu, weil diese Streumittel die Tiere am Kriechen hindern. Wird der trockene Boden am Abend um die Gartenbeete herum reichlich mit ungelöschtem Kalkpulver bestreut, und kommen diese nackten Schleicher damit in Berührung, so gehen sie zugrunde. Nach Tau- oder Regenwetter muß das Streuen wiederholt werden. — Wer aber in dessen Bekämpfung guten Erfolg haben will, dem möchte ich anraten, bei feuchtem Wetter jeweilen des Nachts beim Laternenschein den Hausgarten zu durchstöbern, vorhandene Schnecken in einen Topf abzulesen, und mit heißem Wasser zu überschütten. Legt man Bretterstücke oder Ziegelplatten in die Beete aus, uud hält solche tagsüber feucht, so sammeln sich viele Schnecken auch unter diese und können zu beliebiger Zeit beseitigt werden.

Ein weiterer Schädling ist die rote Spinne, eine von bloßem Auge unsichtbare, spinnende Milbe. Diese fügt bei großer Hitze und Trockenheit den Bohnen, Gurken, Erdbeeren, Rosen und Zierpflanzen, besonders in Mistbeetkästen und geschützten Rabatten, sowie auch den Spalierbäumen, durch Saugen und feines Umspinnen der zarten Blätter und Triebe großen Schaden zu. Die abgefressenen jungen Triebe und Blätter und die feinumsponnenen Pflanzenteile deuten also auf das Vorhandensein der roten Spinne. Der scharfe Beobachter wird diesen Zustand bald erkennen, es gilt nun auch den Kampf zu beginnen, bevor durch die Vermehrung

die einzelnen Schädlinge zu einem Heer herangewachsen sind. Bei Gemüse und Zierpflanzen ist durch öfteres Ueberspritzen mit Wasser der Schädling fern zu halten. An Spalierbäumen, Rosen und Sträuchern hat sich die Besprühung mit 50facher Wasserverdünnung von Kreosol-Erdöl gut bewährt. Auch die Schmierseifenlösung, wie bei der Bekämpfung der Blattläuse angegeben (siehe Seite 108 Nr. 14 ds. Blattes), leistet gute Dienste.

Allgemeine Mittel zur Bekämpfung der Schädlinge im Garten.

Eingehende Beobachtungen weisen genügend darauf hin, daß eine große Zahl schädlicher Schmarotzer besonders leicht solche Gartenpflanzen befallen und daran erheblichen Schaden anrichten, welche sich infolge ungünstiger Ernährungsverhältnisse in kümmerlicher Entwicklung befinden. Es dürfte daher die Befolgung folgender wichtiger Punkte empfohlen sein, um manchen Schädling von seinem Zerstörungswerk abzuhalten.

1. Die richtige Auswahl der Sorten, welche für die betreffende Gegend, entsprechend dem Klima und Boden, gutes Gedeihen erwarten lassen.

2. Sorgfältiges Umgraben der Gartenbeete, namentlich auch im Herbst nachdem die Gewächse abgeerntet sind, um die in den oberflächlichen Erdschichten sich verkriechenden oder verpuppten Insekten bloßzulegen und den Vögeln preiszugeben.

3. Saaten und Pflanzungen dürfen nicht zu dicht gemacht werden, damit Luft und Licht überall Zutritt haben.

4. Reinhalten der Gartenbeete von Unkraut und fleißiges Lockern der Erdkruste erleichtert den Zutritt von Luft und Feuchtigkeit auch zu den Wurzeln, wodurch das kräftige Wachstum der Pflanzen begünstigt wird, so daß die zarten Blätter bald kräftig werden. Viele Schädlinge vermögen dann nicht mehr großen Schaden zu stiften.

5. Ausreichende Düngung mit denjenigen Düngerarten, welche die speziellen Gemüsepflanzen hauptsächlich nötig haben.

6. Krankhafte Blätter und Wurzeln (Kohlstrünke) sind zeitig abzusuchen und zu verbrennen, damit die daran haftenden Schmarotzer möglichst bald unschädlich gemacht werden.

7. Eine strenge Befolgung der Wechselwirtschaft, so daß niemals mehrere Jahre hintereinander die gleichen Gemüse auf dem gleichen Stück Land angebaut werden, trägt auch wesentlich zur Verminderung des Ungeziefers bei. G. L.

Haushalt.

Zum Konservieren der Eier kommen verschiedene Methoden zur Anwendung. Man nimmt z. B. auf 280—300 Gr. Wasser 15 Gr. Gelatine, 3, 5 Gr. Borax. Letzteres wird in heißem Wasser aufgelöst und dann in der Flüssigkeit auch die Gelatine geschmolzen. Die Mischung läßt sich in Flaschen aufbewahren. Beim Gebrauch macht man sie lauwarm, bestreicht die Eier gut damit oder taucht sie in die Flüssigkeit ein.

Die Eier halten sich auch sehr lange frisch, wenn sie in einem Netz oder Sieb drei mal langsam in heißes Wasser getaucht (nicht zu viele auf einmal) und dann wieder herausgenommen werden. Man beachte dabei, daß die Eier nicht zu kalt und das Wasser nicht kochend sei, sonst springt die Schale. Auch das Einlegen in gut getrocknetes Salz oder Wasserglaslösung und in Kalkwasser ist vielerorts gebräuchlich. Nicht selten werden die Eier auch sorgfältig mit Kollodium, mit gewöhnlichem Leinöl oder Paraffin überpinselt oder mit Speckschwarte eingerieben. Man nehme zum Konservieren immer möglichst frische Eier.

Frischerhaltung von Blumen. Die Blumen, die man aufbewahren will, pflücke man, bevor sie aufblühen, ab, wickle sie in feuchtes Moos und setze sie in einem Glase wohl verbunden in den Keller. Will man später die Blumen benutzen, so nimmt man sie heraus und stellt sie in frisches Wasser. Sie blühen dann auf. Will man Zweige zum okulieren, wie Rosen, Fuchsien und dergl. erhalten, so stecke man sie mit der Schnittfläche einen Zoll tief in eine Kartoffel. Man wickelt sie dann in Papier und kann sie 3—4 Tage auf Reisen erhalten. Will man sich am Abend mit frischen Blumen schmücken, so schütte man feuchten Sand auf einen Teller und lege die Blumen darauf. Den Teller stelle man an einen Ort, wo weder Licht noch Luft Zutritt haben, in einen Schrank oder Schublade. — Um Blumensträuße lang frisch zu erhalten, muß man jeden Morgen das Wasser wechseln, und diesem eine Prise Chilisalpeter hinzufügen. Ein bis zwei Theelöffel Salmiakgeist unter das frische Wasser gegossen ist vorzüglich. Taucht man abends die Blumen ganz in frisches Wasser und legt sie über Nacht unter eine Schüssel, so sind sie am Morgen wieder frisch. Auch Blumen in einem Gefäß in eine Schüssel

mit Wasser gestellt und mit einer Glasglocke bedeckt, halten sich lange frisch. Eine Messerspitze hypermangansaures Kali in das Wasser getan, erhält ebenfalls abgeschnittene Blumen.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: *Weiße Mehlsuppe, Schweinsbraten, Bohnen, Himbeertörtchen.
Dienstag: Grüne Suppe, Backhühnchen, gebratene Kartoffeln, gemischter Salat.
Mittwoch: Flädchensuppe, *gedämpftes Kalbfleisch, *Mangoldstengel, Reiskroketten.
Donnerstag: Tapiokasuppe, Gemüsewürstchen, Schotenerbsen mit Salzkartoffeln.
Freitag: Fleischsuppe, gesottenes Rindfleisch mit Meerrettigsauce, gedünstete Rübli, Apfelkompott.
Samstag: Suppe aus grünen Erbsen, Netzwurst, Maccaroni mit Käse, Johannisbeerkuchen.
Sonntag: Feine Kartoffelsuppe, gefüllte Kalbsbrust, Morchelgemüse, Beefsteaks mit Kräuterkartoffeln, *Pfirsichcharlotte.

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

Kochrezepte.

Weisse Mehlsuppe. Ziemlich viel frische Butter wird in der Pfanne geschmolzen, so viel Mehl als zur Suppe erforderlich ist, beigegeben und kurz gedünstet, ohne daß das Mehl gelblich anlaufen darf. Reichlich kurz geschnittene Petersilie rührt man nun noch ein paarmal damit um und löscht alles mit dem nötigen Wasser sorgfältig ab, so daß sich keine Knollen bilden. Nun wird die Suppe gesalzen, zirka eine halbe Stunde auf nicht zu starkem Feuer gekocht oder nach dem Aufwallen in den Selbstkocher gestellt. Vor dem Auftragen wird die Suppe mit einem Eigelb abgezogen. Schmeckt sehr gut.

Gedämpftes Kalbfleisch. Ein Stück von der Keule oder auch die Brust, der Bug oder ein Teil des Carréstückes wird sauber zugestutzt, gehäutet und, falls man ein großes Stück mit derbem Fleisch dazu nimmt, gespickt; dann legt man es in ein mit Butter bestrichenes Kasserol auf eine Schicht in Scheiben geschnittenen Wurzelwerks, tut eine Zwiebel, ein Kräuterbündel, etwas Salz und die etwa vorhandenen Knochen und Fleischabfälle mit hinein, gießt soviel schwache Fleischbrühe oder Wasser zu, daß das Fleisch davon bedeckt ist, und dämpft es langsam über gelindem Feuer unter öfterem Begießen mit der Brühe weich, so daß es zuletzt wie glasiert aussieht. Man gibt eine Champignonsauce dazu, ebenso auch Reis, Maccaroni oder junges Gemüse.

Gekochte Mangoldstiele. Von den breiten weißen Rippen oder Blattstielen werden die Blätter und Fäden entfernt, die Stiele in 6–8 Centimeter lange Stücke geschnitten, gewaschen, mit einem Stückchen frischer Butter in Salzwasser weichgekocht und auf einem Siebe abgetropft. Inzwischen macht man in 60 Gr. Butter zwei Löffel Mehl hellgelb, verkocht diese Mehlschwitze mit ½ Liter Fleischbrühe, dämpft die Stiele noch eine Viertelstunde darin und legiert die Sauce mit einem Eidotter und dem Saft einer halben Zitrone.

Pfirsich-Charlotte. Man legt zwanzig bis vierundzwanzig Pfirsiche, die man in Hälften zerschnitten und vom Kern befreit hat, einen Augenblick in heißes Wasser, zieht die Haut davon ab, teilt jede Hälfte wieder in zwei Teile und legt sie nebst 250 Gr. gestoßenem Zucker und 100 Gr. frischer Butter in ein Kasserol mit langem Stiel, schwenkt sie langsam über dem Feuer hin und her, bis die Butter geschmolzen ist und sich nebst dem Zucker an die Früchte angehängt hat, und läßt sie dann auskühlen. Inzwischen streicht man eine hohe, glatte Charlotte Form mit geklärter Butter aus, belegt den Boden und die Wände derselben ringsherum mit ausgestochenen, ziemlich dünnen Scheibchen von altbackenem Weißbrot, die man in geklärte Butter eintaucht und fest übereinander aufstellt und andrückt, füllt die Pfirsiche hinein, bedeckt sie oben darauf mit in Butter getauchten Brotscheibchen, stellt die Charlotte auf ein Backblech und bäckt sie im gutgeheizten Ofen eine halbe Stunde. Beim Anrichten stürzt man sie auf eine flache Schüssel, bestreicht sie dünn mit Aprikosen-Marmelade oder Johannisbeersaft und gibt sie warm zu Tisch.

Hollunderlimonade. Dazu nimmt man 7½ Liter Wasser, 900 Gramm Zucker, 1 zerschnittene Zitrone, 1 Büschel Hollunderblüte, 1 Glas guten Weinessig, stellt dies zusammen vier Tage an die Sonne, filtriert es, zieht es in Flaschen ab, verkorkt dieselben und stellt sie noch 14 Tage an die Sonne.

Eingemachte Früchte.

Mirabellen in Essig einzumachen. Reife, aber noch feste Mirabellen werden mit einer Nadel mehrmals durchstochen, worauf man die Stiele etwas verkürzt und die Früchte in einen Steintopf einlegt; auf je 100 Stück Mirabellen rechnet man ⅜ Liter guten Weinessig, 250 Gr. Zucker, 16 Gr. ganzen Zimmt und 6–8 Gr. Nelken, kocht den Essig mit dem Zucker und Gewürzen, schäumt ihn gut ab und schüttet ihn über die Früchte, die man mit einem Tuche bedeckt. Am folgenden Tage gießt man ihn ab, siedet ihn auf, schüttet ihn über die Mirabellen und wiederholt dies noch an zwei aufeinander folgenden Tagen. Nach dem vierten Male läßt man die Früchte gehörig auskühlen, überbindet den Topf mit Blase und später noch mit Papier und stellt ihn an einen kühlen Ort.

Pfirsiche in Zucker einzumachen. Die Früchte werden halbiert, geschält und gewogen; auf je 500 Gr. Pfirsiche nimmt man die gleiche Menge Zucker, reibt oder stößt denselben und streut ihn zwischen die in eine Schüssel geschichteten

Früchte, welche man zugedeckt über Nacht in den Keller stellt. Am folgenden Tage nimmt man sie mit einem Schaumlöffel aus dem Saft, kocht diesen samt dem Zucker und ein wenig hinzugefügtem Wasser, schäumt ihn gut ab, legt einen Teil der Fruchthälften nebeneinander in das Kasserol, läßt sie einige Minuten kochen, hebt sie mit dem Schaumlöffel heraus, siedet so nach und nach sämtliche Früchte 3—4 Minuten lang und übergießt sie mit dem halbausgekühlten Sirup. Dieses kurze Aufkochen der Pfirsiche wiederholt man noch zweimal an den folgenden Tagen, siedet den Sirup dicklich ein, füllt ihn nach dem Erkalten über die in die Gläser gelegten Früchte und überbindet dieselben gut mit Pergamentpapier und Blase.

Gemischte Gemüse in Essig (Mixed pickles). Junge zarte frische Gemüse, wie Blumenkohl, Selleriekköpfe, Schalotten, kleine Zwiebeln, Zwergbohnen, junge Gurken, kleine junge Kohl- und Kabisköpfe, Rapuntikawurzeln, Karotten 2c. werden gerüstet, wenn notwendig in Stückchen geschnitten und jedes Gemüse für sich in siedendem Salzwasser gut halbweich gekocht, auf ein Sieb zum Vertropfen geschüttet, mit Macis, Meerrettigwürfeln und Lorbeerblättern in eine Schüssel gebracht; dann wird Essig mit Nelken, Koriander und Senfkörnern gekocht und heiß über die Gemüse geschüttet. Am andern Tag gießt man den Essig ab, kocht ihn auf und gießt ihn kalt über die zierlich in Töpfe und Gläser eingeschichteten Gemüse. Dann werden die Gefäße gut verbunden. Sollte sich allenfalls Schimmel bilden, so wird der Essig abgeschüttet, frisch gekocht und erkaltet über die Gemüse gegossen.

Kinderpflege und -Erziehung.

Winke für junge Mütter. Je weniger Geräusch ein Kleines hört, je weniger man es während den ersten sechs Monaten seines Lebens herumträgt und mit ihm spielt, desto besser ist es für sein Wohlbefinden. Es ist selten notwendig, daß man es aus seinem Korb oder Bettchen herausnehme, ausgenommen, um es trocken zu legen, zu baden und zu nähren. Die Gewohnheit, es herum zu schütteln und auf den Knien zu schaukeln macht das Kind nervös und hält es wach, ist ihm also nicht zuträglich. Der noch unentwickelte Körper des Kindes braucht Ruhe, und doch wird sie ihm so oft vorenthalten.

Kinder sind in hohem Maße Gewohnheits-Geschöpfe, und kennen sich deshalb nicht früh genug Gewohnheiten aneignen, welche eine normale Entwicklung und Gesundheit des Körpers befördern. Während des Schlafes arbeiten die Kräfte unablässig am Aufbaue des Körpers und das Kind wird stärker und muskulöser. Die Mutter sorge dafür, daß es seine Schlafenszeit regelmäßig innehalte, und daß nichts fest anliegendes dabei sein freies Atmen hindere. Man stelle das Bettchen so, daß das Licht dem Kleinen nicht direkt in die Augen fällt: man wähle vorzugsweise eine kühle, ruhige Ecke. Man decke das Kind nicht zu warm zu und wechsle zuweilen seine Lage.

Man merke sich noch folgendes:

Nie darf man frische Luft und Sonnenschein aus dem Schlaf- oder Wohnzimmer von Kindern ausschließen. Der Schlaf wird nachts um so erfrischender sein, je mehr Luft und Sonnenlicht tagsüber in das Zimmer hineingedrungen sind.

Nie verziere man die Wände des Kinderzimmers mit Bildern, welche die Kleinen nicht verstehen können.

Man gebe einem kleinen Kinde nicht immer zu essen, wenn es schreit; sein Weinen kann andere Ursachen haben als der Hunger.

Nie ängstige man ein Kind oder lache über seine Furcht; die Furcht ist das Resultat der Unerfahrenheit, und die Furcht des Kindes ist keine eingebildete. F. C. G.

Gesundheitspflege.

In dem trefflichen Büchlein, „Wie erhält man seinen Magen gesund", spricht sich Dr. Lötscher über die Faktoren aus, welche auf die **Verdauung** schädlich einwirken. Es heißt dort unter anderm:

„Die geistige Arbeit, die Tätigkeit der Sinnesorgane und des Gehirns, wirkt auf die Verdauung auch verlangsamend, hemmend ein. Nach dem alten, medizinischen Grundsatze: wo ein Reiz, da Blutandrang, findet bei geistiger Arbeit ein starker Blutzufluß zum Gehirn statt, infolge davon wird der Blutstrom vom Magen abgelenkt, die Ausscheidung des Magensaftes, sowie die peristaltische Tätigkeit der Magenmuskulatur vermindert. Darum ist es nicht ratsam, sowohl während als unmittelbar nach dem Essen sich geistigen Anstrengungen auszusetzen. Selbst das Zeitungslesen während des Essens kann leidenschaftlichen Politikern nicht gut bekommen. Da das Gehirn im normalen Zustande während der Verdauung blutarm ist, so zeigt es auch keine Lust zu energischer Tätigkeit, was im Schulunterricht niemals außer Acht gelassen werden sollte.

Heftige Gemütserregungen sind aus dem gleichen Grunde während und vor dem Essen der Verdauung sehr nachteilig, wie z. B. plötzliche übermäßige Freude, Schrecken, Zorn, Aerger 2c., welche ungemein hemmend auf die Magentätigkeit einwirken, während guter Humor, Zwerchfell erschütternde Witze und Gelächter, Appetit und Verdauung fördern. Es ist aber auch mehr als wahrscheinlich, daß chronische psychische Affekte, Angst und Furcht, Kummer und Sorgen, verletzter Ehrgeiz und andere Seelenschmerzen allmählich vollständig lähmend auf die Magennerven einwirken und andauernde, oft unheilbare Erkrankungen des Magens herbeiführen können.

Krankenpflege.

Durststillendes kühlendes Getränk für Kranke. Auf 250 Gr. besten Reis, der sorgfältig gewaschen und blanchiert ist, gibt man 1 Liter Wasser und stellt es auf sehr schwaches Feuer, wo es zwei Stunden stehen muß, ohne daß man darin rührt. Dann nimmt man es weg, rührt es gut um, läßt das Wasser durch ein Haarsieb ablaufen und stellt es kühl. Wenn es erkaltet ist, gibt man den Saft einer Zitrone und etwas Zucker daran. Dieses Zitronenreiswasser ist sehr durststillend, belästigt den Magen nicht, wie größere Mengen kalten Wassers und enthält zugleich auch etwas Nahrungsstoff, was bei appetitlosen fiebernden Kranken sehr zuträglich ist.

Um **Eis**, das für Kranke gebraucht wird, möglichst lange vor dem Schmelzen zu bewahren, legt man ein Stück Flanell über einen Topf, senkt es bis zur halben Tiefe des letzteren ein und befestigt es so am oberen Rande des Topfes durch Umschnüren eines Bindfadens. In diesen Flanellbecher legt man die Eisstücke und deckt ein zweites Stück Flanell über den Rand des Topfes. Da das Wasser durch den Flanell abtropft, bleibt das Eis trocken und hält sich dadurch länger. Auch der Selbstkocher kann zum Zwecke der längeren Erhaltung des Eises gute Dienste tun.

Gartenbau.

Blumenpflanzen, welche den Balkon zu schmücken bestimmt sind, wollen oftmals gar nicht gedeihen. Ursache dafür ist Wind und Sonne. Die Töpfe oder Kästen sind der Sonne ausgesetzt und infolgedessen in der Mittagszeit so warm, daß man kaum die Hand daran legen kann. Daß solche Bodenwärme den Pflanzen nicht zuträglich sein kann, ist leicht erklärlich. Solche Töpfe trocknen sehr schnell aus, und die Pflanzen welken, wenn nicht mindestens zwei- bis dreimal während eines heißen Sommertages gegossen wird. Der auf Balkonen gewöhnlich viel lebhaftere Wind läßt außerdem die Pflanzen zu keinem ruhigen Gedeihen kommen. Abhilfe läßt sich in der Regel leicht schaffen, gegen das Erwärmen z. B. dadurch, daß man die Töpfe mit Kork umbindet oder durch ein vorgestelltes Brett beschattet.

Frage-Ecke.

Antworten.

72. Sie tun am allerbesten, sich mit Ihrer Anfrage direkt an den Lieferanten des **Reliable** zu wenden. Es fehlt jedenfalls nur eine Kleinigkeit, und besser als der Sachverständige kann Ihnen aus der Ferne wohl schwerlich jemand Auskunft erteilen. B. A.

73. Ich gebe Jahr für Jahr ca. 60 Franken für **Konfitüren** und **Konserven** aus und finde, daß dies für unsern Bedarf (wir sind auch 4 Personen) völlig reicht und auch im richtigen Verhältnisse zu unsern Einnahmen von 3000 Franken steht. Trotzdem kann man ja nicht kurzweg behaupten, daß ein Mehr schon Verschwendung wäre. Es kommt eben darauf an, wie Sie Ihre Einnahmen im ganzen verteilen. Wenn Sie viel Ersparnisse machen müßten am Einkommen, so wäre die Summe vielleicht schon etwas hoch gegriffen.
Frau A. in K.

74. Ein sehr empfehlenswertes Mittel gegen **Hühneraugen** ist die Zitrone. Man legt kleine Schnitzchen, an denen noch die Rinde haftet, auf das Hühnerauge, umbindet mit einem Läppchen und läßt dies über Nacht liegen. Wenn man die Prozedur ein paar Nächte hindurch oder besser auch Tag und Nacht ausführen kann, so ist der Erfolg unfehlbar. Die Haut wird unter der Einwirkung des Zitronensaftes ganz weiß und weich und das Hühnerauge kann dann schmerzlos weggenommen werden. Machen Sie den Versuch. Man empfiehlt, in gleicher Weise verwendbar, auch die Zwiebel; erprobt habe ich selber aber nur die Zitrone. Hausmütterchen.

Fragen.

75. Welche **Gemüse** sind für Blutarme zu empfehlen? Und welche Zubereitungsart ist die beste? Für gute Auskunft dankt herzlich.
Junge Hausfrau.

76. Wer gibt mir das Rezept der ächt bairischen **Leberknödel**? In meinem Kochbuch sind sie nicht so beschrieben, wie mein Mann sie liebt. Besten Dank für gute Auskunft. R. V.

77. Welche von den im Gebrauch stehenden **Fruchtpressen** sind die empfehlenswertesten?
Frau Anna.

78. Wer könnte mir ein gutes Mittel angeben, um schwarze Jupons von den lästigen **Flecken** zu befreien? Ich habe schon einiges probiert und alles ohne Erfolg. Für gütige Auskunft meinen besten Dank. Abonnentin in B.

In jedem sparsamen Haushalt unentbehrlich!

Brauns'sche Stoffarben zum Auffärben verblaßter Kleider 2c.
Brauns'sche Blusenfarben zum Auffärben von Blusen, Waschkleidern,
Brauns'sche Crêmefarben für Gardinen, Vorhänge, Spitzen,
Brauns'sche Handschuhfarben f. alte Glacéhandschuhe, Schnitzereien.
Dr. Weller's Antipluvius (Schutz gegen Durchnäßung bei Regenwetter) zum porös-wasserdicht-machen aller Art Gewebe, auch unzertrennter Kleidungsstücke.

Käuflich in
Apotheken, Drogen- und Farbenhandlungen.

Schutzmarke: **Schleife mit Krone, auf die man achten wolle.**

Alleiniger Fabrikant:
Wilhelm Brauns, Quedlinburg (Harz).

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