Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **10 (1903)**

Heft 22

PDF erstellt am: **20.05.2024**

Nutzungsbedingungen

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

Haftungsausschluss

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

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

http://www.e-periodica.ch

Gratisbeilage zu Nr. 46 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.

№ 22. X. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 26 Nummern. | Zürich, 14. November 1903.

Warum klagst du im Abendlicht,
Daß dir die Stunden wie Wellen verliefen?
Verlängern kannst du die Tage nicht —
Lern' sie vertiefen! Frieda Schanz.

Keine Zeit.

(Nachdruck verboten.)

„Ich habe jetzt keine Zeit!“ Diese Aeußerung hören wir beinahe tagtäglich aus dem Munde der vielbeschäftigten Hausfrau. Aber auch der Beamte, der Kaufmann bei seinem „Soll und Haben“, der Gelehrte hinter seinen Büchern gebrauchen das Wort, wenn sie aus dem gewohnten Arbeitsgebiet heraustreten sollen. Sie alle glauben selber steif und fest an ihre Behauptung und suchen in diesem Glauben allfällige Unterlassungssünden vor ihrem Gewissen zu rechtfertigen.

Viel wird diese Entschuldigung aber auch gebraucht, wenn ein anderes weniger ehrenvolles Wort eher der Wahrheit entsprechen dürfte, das Wort: „ich kann oder mag nicht.“

Die Fabrikarbeiterin, die vielleicht mit der Flickkunst nicht sehr vertraut ist, sieht wohl die zerrissenen Strümpfe, aber sie entschuldigt sich: „Ich habe keine Zeit!“ Die Dienstmagd hat den Sonntag Nachmittag mit einer Freundin verlebt. Jetzt in letzter Stunde erinnert sie sich einer Briefschuld, sie sollte den Eltern zur silbernen Hochzeit gratulieren. Mit knapper Not würde die Zeit noch reichen, aber Trine steht mit der Orthographie auf gespanntem Fuß. Sie schreibt deshalb post festum eine Karte, weil sie „keine Zeit“ hatte. Und frägt man die reiche Modedame, die erst um 10 Uhr Toilette macht, ob sie dieses oder jenes ernste Buch gelesen habe, so versichert sie mit der aufrichtigsten Miene von der Welt: „Ja, dazu hatte ich leider keine Zeit“. Meistens aber fehlt es im Grunde genommen nicht an Zeit, sondern an der notwendigen Bildung, an den erforderlichen Kenntnissen und zu allermeist an der Lust und Liebe, am lebendigen Interesse zur Sache.

Bei all den vielen Entschuldigungen wird so manche Stunde kostbarer Zeit verschleudert und vertrödelt, als ob Zeit das unbedeutendste, wertloseste Ding der Welt wäre. Gleichwohl wird das englische Sprichwort „Time is money“ so gerne im Munde geführt.

Das Sprichwort sagt uns eine ernste Wahrheit, zeigt uns aber nur die eine Seite, die Kopfseite der Münze. Wenn Zeit nur Geld wäre, so würde es dem Krösus gar nicht so übel anstehen, wenn er auch etwas verzettelte. Er hat ja Geld genug. Zeit aber ist nicht nur Geld, Zeit ist etwas Höheres und Heiligeres. Sie ist der Ausschnitt aus dem großen Kreis der Ewigkeit, den uns der Schöpfer zur Betätigung unserer Kräfte, zu unserer leiblichen, geistigen und sittlichen Ausbildung zugemessen hat. Ob wir nun, wie die Pflanzen- und Tierwelt, nur ein organisches Leben führen oder zu hehren Bürgern der Ewigkeit heranwachsen, ist unsere Sache und hängt von der gewissenhaften Benützung und klugen Einteilung der Zeit ab.

Es gibt gewissenhafte Männer und Frauen, die ihre Zeit ausschließlich ihrer Berufstätigkeit widmen und dadurch Anspruch auf höchste Anerkennung zu haben glauben. Gerade arbeitsame und in ihrem Fache tüchtige Frauen fallen oft in den Fehler, alles auf einen Punkt zu konzentrieren. Dem Rufe einer fleißigen Frau bringen sie jedes Opfer. Der Haushalt beschäftigt sie vollauf. Immer findet man sie in einer Art Hetze, nirgends sich Muße und den Ihrigen Ruhe gönnend. Da wird gefegt, geputzt, gebürstet vom Montag bis zum Samstag. Selbst während des Essens gönnt Mutter sich keine Ruhe. Sie muß ab und zu gehen und zwischenhinein einen Blick in die Küche werfen und sehen, ob alles in Ordnung ist. Sitzt sie für einige Minuten, so wandern ihre Augen vom Tisch zur Kommode, zu Büffet und Wanduhr, ob nicht ein Stäubchen das „Recht der freien Niederlassung" benützt habe. Bitten die Kinder um eine Geschichte, wünscht der Mann, daß sie auf einem Spaziergange sich erhole, so hat sie tausend unaufschiebbare Geschäfte: Die Einmachgläser müssen nachgesehen werden; ein Korb zerrissener Wäsche verlangt nach Heilung der kleinen und großen Wunden und den Dienstboten muß die Arbeit zugewiesen und begutachtet werden. So ist sie von kleinen Haushaltungssorgen beständig belästigt und kann keine Stunde der Muße erübrigen und des Lebens froh werden. Selbst des Hauses „frohe Feste" unterscheiden sich nicht von den „sauren Wochen". Da wird im Schweiße des Angesichtes darauf hin geputzt, gerüstet und gearbeitet, bis die Feststimmung sich verabschiedet und an ihre Stelle die „Fest-Verstimmung" getreten ist.

Hier gibt es nur eine Abhilfe: eine gute und genaue Einteilung der Zeit und der Tages- und Wochenarbeit. Die Hausfrau muß früh aufstehen, muß mit Gemütsruhe das Arbeitsfeld übersehen und ihre Anordnung treffen. Die Dauer dieser oder jener Arbeit kann zwar nicht auf die Sekunde genau bestimmt werden. Die Leistungen verschiedener Arbeitskräfte hinsichtlich Zeitverbrauch sind sehr verschieden. Was A. in wenigen Minuten vollendet, leistet B. kaum in einer halben Stunde, ohne es besser zu machen und auch ohne den Vorwurf der Trägheit zu verdienen. Aber bei einigem Nachdenken wird die Frau das Räderwerk in bessern Gang bringen können. Frauen, die die Morgenstunde zu nützen und die Zeit gut einzuteilen verstehen, vermögen selbst in beschränkten Verhältnissen ihr Hauswesen in Ordnung zu halten, finden noch Zeit zu einem kleinen Nebenerwerb oder einer Arbeit für andere und wenn sie nicht mit erwerben müssen, Zeit zu geistiger Fortbildung, in jedem Falle aber Zeit zur Erreichung ihres Zieles.

Gerade die bedeutendsten Frauen und Männer erregen unsere Bewunderung durch die weise Benützung der Zeit. Maria Theresia kannte nicht nur die Pflichten einer Frau und Mutter, sondern war Regentin und Landesmutter, fand Zeit für Gesetzgebung und Fürsorge für die Schule. Ihr großer Gegner Friedrich II. von Preußen war ein „Frühaufsteher" und brachte seine Freistunden mit Flötenspiel zu. Napoleon I. studierte als Schüler der Kriegsschule zu Brienne privatim Geschichte und Religionsgeschichte und las auf seinen ersten Feldzügen Plutarch. Ich selber kannte eine junge Tochter, die mit 18 Jahren ihre Mutter verlor. Jetzt mußte sie an der Mutter Stelle treten, dem Lehrberuf, auf den sie sich vorbereitet hatte, entsagen. Die Leitung eines großen ländlichen Haushaltes, die Erziehung von fünf jüngern Ge-

schwistern ruhte auf den jungen Schultern. Als der zwölfjährige Bruder als Schüler der ersten Gymnasialklasse krankheitshalber in der lateinischen Sprache zurückgeblieben war und zu Weihnachten keine gute Note erhielt, beschloß sie, diese Sprache zu lernen. Sie stand nun zwei Jahre lang zur Winterszeit um 1/25, Sommers schon um 3 Uhr auf und lernte eine Stunde, um abends dem Bruder eine Nachhilfestunde geben zu können. Diese Tochter wurde später die Gattin eines Gelehrten und die verständnisvolle Gehilfin bei dessen literarischen Arbeiten. Sie war dabei eine tüchtige Hausfrau und Mutter.

Das Geheimnis, warum sie Zeit zu allem hatte, liegt in dem kleinen Zauberspruch:

„Ich habe gute Dienerschaft,
Die Knechte heißen Selbst-geschafft
Und Spät-zu-Bett und Auf-bei-Zeit;
Die Mägde: Ordnung, Reinlichkeit."

H. M.

Palmenpflege im Winter.

Unsere Zimmerpalmen, seien es nun Dattelpalmen (Phoenix), Fächerpalmen (Livistona), Rutenpalmen (Rhapis), Kentien (Kentia), auch Areca genannt, und wie sie alle heißen, verursachen während des Winters ihren Pflegerinnen oft viel Kopfzerbrechen. Dies aus mancherlei Gründen. Einmal wird bei der Palmenpflege viel geschadet, daß man härtere Arten, wie z. B. die Dattelpalme (Phoenix dactylifera und auch Ph. reclinata), ferner Zwergpalmen (Chamoerops), auch Rutenpalmen zu warm hält. Die Dattelpalmen ertragen es noch am ehesten, aber Zwerg- und Rutenpalmen wollen doch lieber kühlere Räume, wogegen Fächerpalmen eine feuchtwarme Temperatur vorziehen. Doch auch sie lassen sich kühler eingewöhnen und somit gilt für die bekanntesten Zimmerpalmen der Grundsatz: nicht verzärteln, aber auch nicht aus einem Extrem ins andere fallen. Die Palmen sind immerhin meist echte Tropenkinder und keine Kalthauspflanzen. Ausgenommen etwa die herrliche blaugrüne Erythea armata oder Brahea Roezlii, die leider noch viel zu selten bei uns ist, so daß nur die obersten Zehntausend sich den Luxus leisten können, ihre Wintergärten und im Sommer den Park damit zu schmücken. Man könnte überhaupt sehr viel mehr Arten von Palmen für die Zimmerpflege haben, allein die Liebhaberin, die weder über viele Mittel, noch über besonders geeignete Räume verfügt, sollte ja keinen Versuch mit ihr nicht ganz als „zimmerfest" bekannten Arten machen. Sie erlebt nur Enttäuschungen, selbst mit den obengenannten schon verbreiteten Palmen, wenn sie nicht sehr sorgsam in der Behandlung ist. Und eine gute Palme ist meist ein kostbareres Stück als die meisten andern Pflanzen.

Ist die Temperatur des Standortes passend, so wäre über den Platz noch zu bemerken, daß er möglichst hell, etwas sonnig und gegen Zugluft geschützt sei. Man stelle auch die Palmen nicht nahe an einen Ofen. Die direkte Hitze verursacht eine so beschleunigte Wasserverdunstung der Blätter, daß diese in der immer trockenen Zimmerluft stets braune Spitzen bekommen, wenn nicht ganz verkümmern bezw. vertrocknen. Junge Blätter bleiben oft stecken, wie denn in kühleren Räumen die Pflanzen oft gedrungener, kurzstieliger in den Blättern bleiben, was im übrigen nicht schädlich ist, wenn nur sonst die Wurzeln und der Stamm gesund sind. Gesundheit des Wurzelvermögens ist die Hauptsache. Daher heißt es vor allem richtig gießen und zwar mit warmem (20—25° C.) Wasser, mindestens von Zimmertemperatur, und nur, wenn nötig, dann durchdringend. Nie soll man Wasser im Untersatz stehen lassen. Im Topf muß ein gutes Abzugsloch, überdeckt mit Scherben sein. — Ferner halte man die Wedel möglichst rein. Mit einer ganz weichen Bürste abbürsten ist besser, als mit einem Schwamm derb abwaschen. Dafür möge man lieber öfter mit feinem Zerstäuber überbrausen, damit der Trockenheit der Zimmerluft entgegengearbeitet werde. Man verwende möglichst weiches, also nicht sehr kalkhaltiges Wasser. Sonst bildet sich leicht eine graue Kalkschicht auf den Wedeln, die ihre Lebenstätigkeit beeinträchtigt.

Wir erwähnten schon das Braunwerden der Wedelspitzen. Diese Erscheinung läßt sich nicht gut vermeiden. Die Zimmerluft

läßt sich nicht feucht genug halten. Aber es ist sehr ratsam, die braunen Spitzen nicht abzuschneiden, höchstens — wenn sie gar häßlich wirken — soweit, daß noch ein brauner Rand bleibt; denn schneidet man bis auf den gesunden Wedelteil, so schreitet die Bräunung sehr bald immer weiter, so daß wir schließlich den ganzen Wedel entfernen möchten.

Wenn wir die Palmen „vergießen", also die Erde durch zu vieles Gießen versauern lassen, so werden die Wedel nach und nach hellgrün, fast gelb. Solche Palme ist oft kaum zu retten. Wir topfen sie aus, sehen, wie weit die Wurzeln noch gesund sind, schneiden mit scharfem Messer, (nachdem wir den Ballen mit warmem Wasser gründlich durchgegossen, gewaschen haben, bis das Wasser ziemlich hell abläuft) die kranken Wurzelteile ab und verpflanzen neu in kleine Töpfe, mit viel Scherben und etwas Holzkohlenunterlage.

Sind an gelben Palmen die Wurzeln gesund, so fehlt der Erde das Eisen, das zur Bildung der grünen Blattkörperchen erforderlich ist. In diesem Falle soll es gut sein, die Pflanze mit Wasser zu gießen, dem auf ein Liter ein Tropfen Eisenchlorid zugesetzt ist, wobei natürlich gleichzeitig die ganze Behandlung besonders sorgfältig sein muß.

In der Zeit des Treibens gebe man zur Kräftigung auch von Zeit zu Zeit einen kleinen Dungguß. Es empfiehlt sich, lieber öfter, als einmal zu stark zu düngen. Hörnings Pflanzennährsalz hat sich auch bei der Palmenpflege bewährt.

Gegen Erkältung der Wurzeln ist zu empfehlen, die Palmentöpfe in größere Töpfe zu stellen und den Zwischenraum zwischen den Topfwänden mit Sägespänen auszufüllen, die man auch feucht hält.

Was kann man gegen kalte Füsse tun?

Eine sorgsame Fußpflege kann allein die kalten Füße beseitigen. Zunächst mache man sich von der verkehrten Idee frei, daß eine recht warme Umhüllung der Füße notwendig sei. Wenn man sich selbst aufmerksam beobachtet, wird man bald finden, daß weder dicke Wollstrümpfe noch warme Stiefel den kalten Fuß warm machen. Ganz besonders wird man bemerken, daß man in sehr engen Stiefeln sofort kalte Füße bekommt. Die Hauptsache ist also, daß man bequem weite Schuhe und mittelwarme Wollstrümpfe trägt. Die zwischen Strumpf und Stiefel befindliche Luftschicht erwärmt sich dann und der Fuß wird behaglich warm. Ferner müssen bei kalten Füßen die Strümpfe täglich gewechselt und die getragenen in warmer Seifenbrühe gründlich gereinigt werden. Gegen diese Vorschrift wird leider recht gesündigt. Alle acht Tage wechseln die meisten Menschen ihre Strümpfe und ein zweimaliger Wechsel gilt als etwas besonderes. Der Strumpf nimmt dann die Ausdünstungen des Fußes in sich auf, er wird undurchlässig und die Füße müssen kalt werden.

Täglich muß bis zu eintretender Besserung ein Wechselfußbad genommen werden und zwar auf folgende Weise. In ein tiefes Gefäß gießt man so viel 33grädiges Wasser, daß man bis beinahe zum Knie darin stehen kann. Dazu gibt man zwei Hände voll Salz, in heißem Wasser aufgelöst. Nun stellt man die Füße hinein, nimmt eine kräftige Bürste und bearbeitet mit viel Seife die Füße recht gründlich, zunächst den einen, dann den andern. Sechs Minuten kann dies heiße Bad dauern, dann stellt man die Füße in ein anderes leeres Gefäß und läßt sich nun zwei Eimer stubenwarmes Wasser von oben herab über die Füße gießen. Zum Schluß planscht man noch tüchtig mit den Füßen in dem kalten Wasser und reibt sie dann mit einem rauhen Frottiertuche recht fest und lange ab, so daß sie rot und warm werden. Dann zieht man die frischen Strümpfe über und macht entweder einen Spaziergang in recht flottem Tempo oder man macht Hüpf- und Springbewegungen. Hinsetzen darf man sich durchaus nicht. Die Erwärmung der Füße dauert in den ersten Tagen allerdings nur einige Stunden, später aber bleiben die Füße stets länger warm. Im Bette darf unter gar keinen Umständen eine Wärmeflasche liegen. Man ziehe auch nicht die Füße an sich, wie es Wärmebedürftige

besonders gern tun, sondern strecke sie resolut sofort gerade aus. Dann fange man an, die Füße zu bewegen, zunächst die Zehen abwechselnd auszuspreizen und einzuziehen, dann den ganzen Fuß kreisförmig im Knöchelgelenk zu drehen, dabei so viel wie möglich die Zehen ebenfalls mitbewegend. Nach einigen Minuten wird der Fuß warm und bleibt dann auch einige Zeit warm. Hat man etwa acht Tage die warmen Fußbäder genommen, so wechselt man mit Wassertreten ab. Dazu gießt man in die Badewanne oder in ein anderes passendes Gefäß so hoch Wasser, daß es bis in die Mitte der Wade reicht und tritt nun lebhaft und schnell darin Wasser, indem man die Füße ordentlich hochhebt, doch nicht so hoch, daß man im Wasser platscht. Dies Wassertreten kann bis zu drei Minuten dauern, bei den ersten Malen wird man allerdings früher aufhören müssen, da die Gelenke anfangen zu schmerzen. Nach dem gründlichen Abreiben und Frottieren folgt dann wieder der Spaziergang. In der dritten Woche kann man zwei Fußbäder und fünf Mal Wassertreten anwenden, falls die Füße bedeutend wärmer geworden sind. Es ist diese Kur ebenso wohltätig für Schweißfüße, die dadurch sehr schnell gebessert werden.

Man muß sehr darauf achten, daß nach den Bädern keine Frosterscheinungen eintreten. Wer leicht fröstelt, tut gut, desto länger und gründlicher die Füße zu frottieren, darf aber die Begießung mit kaltem Wasser ja nicht unterlassen, da sie gerade die notwendige und heilsame Reaktion hervorrufen.

Sehr nützlich ist es, im Hause lose Pantoffeln oder Sandalen zu tragen, damit der Fuß ungehindert ausdünsten kann. Das Vorurteil, daß die Füße in weiten Fußbekleidungen breiter werden, ist vollständig unbegründet.

Bei Gelegenheit dieser Fußbäder vergesse man nicht, dem Fuße auch die sonstige, oft arg vernachlässigte Pflege zu teil werden zu lassen. Die Nagelhaut werde wohl zurückgedrückt, die Nägel mit der Bürste gereinigt und schön rund beschnitten, etwaige Hühneraugen, die sich in den heißen Bädern sehr erweichen, sorgsam entfernt, ebenso wie die lästige Hornhaut. Je besser und sorgfältiger der Fuß gepflegt wird, desto weniger Erkrankungen ist er ausgesetzt.

Mit dem Grundübel der kalten Füße aber verschwinden dann auch die lästigen und oft gefährlichen Folgezustände der Blutstockungen, Magen- und Unterleibsbeschwerden.

Haushalt.

Die **Schweiz. Kaffee-Surrogat-Fabriken Helvetia Langenthal** bringen verschiedene Kaffeesurrogate, welche ja unsern Hausfrauen jahraus, jahrein eine willkommene Beigabe zum täglichen Morgen- oder Abendkaffee sind, in den Handel. Die Firma produziert mehrere Marken; wir erwähnen z. B. Rot Löwen-Cichorie, Homöopathischer Gesundheitskaffee, Schachtel-Cichorien, Schwalben-Cichoriengries, Feigenkaffee, Kaffee-Extrakt, Candiszucker-Essenz „Pektoral" und „Succeß". Letzteres Präparat verdient ganz besonders hervorgehoben zu werden. Es wird bei der Herstellung jeder Geschmacksrichtung Rechnung getragen, so daß auch die Frauen, die heute noch ausländische Fabrikate verwenden, in den Verkaufsläden unter den Surrogaten dieser schweizerischen Firma das Zusagende in gleicher Preislage finden werden. Die chemische Analyse hat überdies ergeben, daß die Präparate der „Helvetia" (vereinigte Fabriken Pratteln, Lotzwyl, Langenthal) nicht nur ausländischen ebenbürtig, sondern zum Teil überlegen sind. Es ist deshalb den Hausfrauen und Köchinnen im eigenen Interesse, wie auch im Interesse der einheimischen Industrie anzuraten, bei ihren Einkäufen dieses Schweizerfabrikat zu berücksichtigen.

Filzhüte lassen sich mit Salmiakgeist gut reinigen. Man macht eine Mischung von halb Wasser (lauwarm), halb Salmiak und reibt mit einem Flanelllappen den ganzen Hut gut ab. Sobald der Lappen schmutzig wird, ist er zu wechseln. Das Schweißleder kann auf gleiche Weise gereinigt werden.

Zum Auffrischen des Pelzwerkes ist Roggenkleie in einer Pfanne trocken zu erhitzen bis auf eine Temperatur, welche das Hineinhalten der Hand eben noch gestattet. Mit dieser Kleie sollen die Pelzsachen eingestreut und durchgerieben werden. Hierauf wird die Kleie mit einem Stöckchen ausgeklopft und der Pelz mit einem weiten Kamm durchgekämmt. Für weißes und langhaariges Pelzwerk nicht anwenden.

Aepfel, die erst spät im Winter reifen, halten sich gut, wenn sie reihenweise in eine flache dünnwandige Kiefernholzkiste gepackt werden; zwischen jede Lage gibt man eine Schicht Holzwolle. Die Kiste lagert man in trockenem frostfreiem Raum, wo die Aepfel bis gegen das Frühjahr frisch bleiben. Man nehme dazu nur ganz tadellose Exemplare.

Küche.

Kochrezepte.

Tropfensuppe. Zeit 40 Minuten. 40 Gr. Mehl, 2 Eier, 1 Eßlöffel Milch, Salz, Backfett, 1 Liter Bouillon. – Aus den obigen Zutaten (ohne Bouillon) einen dickflüssigen Pfannkuchenteig bereiten. Backfett in der Backpfanne heiß werden lassen. Den Teig durch einen großlochigen Schaumlöffel in das Fett tropfenweise einlaufen lassen und schwimmend backen. Es darf nur wenig Teig auf einmal hineingegeben, und der Schaumlöffel muß jedesmal gewaschen werden, sonst gibt es Schwänzchen, während die Tropfen zu runden Kügelchen aufgehen sollen. In die Suppenschüssel legen und mit siedender Fleischbrühe begießeu.

Lachs à la Glaser. Da der Lachs oder Salm in der Laichzeit magerer ist, so wird ihm durch das Absieden Kraft und Geschmack entzogen und er ist daher viel schmackhafter, wenn er von Oktober bis Dezember auf nachstehende Art zubereitet wird. Der Fisch wird in fingerdicke Scheiben geschnitten, gewaschen, abgetrocknet und mit Pfeffer und Salz eingerieben. Dann läßt man die Scheiben in einer Omelettepfanne in heißer ausgesottener Butter auf starkem Feuer rasch zuerst auf einer Seite gelb werden, kehrt sie dann um, gibt zugleich länglich oder in Würfel geschnittene Zwiebeln hinzu und läßt alles gelb werden. Wenn der Fisch gar ist — was man am besten mit einem Messer bei den Gräten probiert, ob sich das Fleisch dort ablöst — nimmt man ihn heraus, läßt die Zwiebeln mit etwas Fleischbrühe noch 5 Minuten kochen und richtet diese Zwiebelsauce über den Fisch an. Zubereitungszeit zirka 1/2 Stunde.

Saurer Mocken. Zeit 2 Stunden. 1 Kilo Rindfleisch (Eckstück, Huft oder Schwanzfeder), 50 Gr. Fett, 2 Kochlöffel Mehl, 1 Löffel Zucker, 2 Deziliter Wein, 3 Deziliter Fleischbrühe, 1—2 Löffel saurer Rahm, Zwiebel, Nelken, Lorbeerblatt, Wachholderbeeren, Pfefferkörner, 1 Gelbrübe. — Das Fleisch wird von sämtlichen Knochen befreit, tüchtig geklopft, in eine tiefe Schüssel gelegt und mit halb Wein, halb Essig übergossen. Die Gewürze legt man daneben. Je nach der Jahreszeit bleibt das Fleischstück 4—9 Tage in der Beize, worin es täglich umgewendet wird. Vor der Zubereitung wird es auf ein Sieb gelegt, und abgetrocknet in einem Löffel heißem Fett auf allen Seiten schnell angebraten. Man vermeide jedoch das Hineinstechen. Im Rest des Fettes oder mit Speckwürfeln wird das Mehl und der Zucker braungeröstet, mit einem Teil des Beizeessigs abgelöscht, die Fleischbrühe oder heißes Wasser, der Wein, das nötige Salz beigefügt und die Sauce siedend über das Fleischstück gegossen. Es wird darin zugedeckt langsam weich gedämpft. Eine Beigabe von Rahm verfeinert das Gericht.

Kaninchen-fricassée. Zeit 1 Stunde. Das ganze Kaninchen ohne Kopf, Hals, Lunge und Leber, 2 Zwiebeln, 1 Kochlöffel Mehl, 100 Gr. Fett, 3 Deziliter Fleischbrühe, Petersilie, Sellerie-scheiben, 1/2 Zitrone, 1 Eidotter, Gewürz. — Das Fleisch wird in schöne Vorlegstücke zerlegt, in dem Mehl gewendet und im rauchheißen Fett mit den Zwiebeln angebraten, dann gießt man die Fleischbrühe oder Wasser siedend zu, fügt das Wurzelwerk und die Zitronenscheibchen bei und läßt es zugedeckt weich schmoren. Die Brühe wird durchgeseiht, mit dem Eidotter gebunden und über das Fleisch gegossen.

Gedörrte Kastanien. Zeit 1 1/2 Stunden. 500 Gr. Kastanien, 50 Gr. Butter 1/2 Liter Fleischbrühe, 1—2 Löffel Milch oder Rahm, Salz. Die abends eingeweichten Kastanien werden mit Fleischbrühe zugesetzt und langsam weichgekocht, durch ein Sieb gestrichen oder fein zerstoßen (können auch durch die Fleischhackmaschine gelassen werden), in die Pfanne zurückgegeben und mit der Butter und der Milch gemischt. Man kann die Kastanien auch ganz lassen und sie nur in der Butter einigemal schwenken und verdünnte Maggi-Würze zufügen.

Roh gebratene Kartoffeln. Zeit 3/4 Stunden. 1 Kilo Kartoffeln, 50 Gramm Fett, Salz. — Die Kartoffeln werden in Scheiben oder Würfelchen geschnitten, oder in Kügelchen mit dem Kartoffelhöhler ausgestochen. Man bringt sie gewaschen und gut abgetrocknet in das heiße Fett und brät sie zugedeckt auf nicht allzustarkem Feuer einige Minuten. Dann deckt man die Pfanne ab und brät sie nun unter öfterem Wenden und Befeuchten mit dem Fett vollends gar. Eine Prise Zucker darüber gestreut, macht sie schön glänzend. Sehr trockene Kartoffeln bespritzt man hie und da mit Milch, Bratensauce oder Fleischbrühe.

Schokolade-Birnen. Zeit 1—1 1/2 Stunden. 1 Kilo Birnen, 100 Gramm Zucker, 1 Zimmtstengelchen, 2 Nelken, etwas Zitronenschale, 1 Deziliter Wein oder Wasser, 1 Deziliter Rahm. — Nur ganz feine Birnensorten sollten für dieses delikate Gericht verwendet werden. Kleinere läßt man ganz, schneidet den Butzen aus und kürzt den Stiel, größere werden halbiert. Die Schalen von den gewaschenen Birnen 1/4 Stunde mit 8 Deziliter Wasser kochen. Inzwischen den Zucker braun rösten wie zur Crême brûlée, mit dem durchgeseihten Schalenwasser ablöschen und die übrigen Zutaten beifügen. Man kocht je nach der Birnensorte 3/4—1 Stunde zugedeckt und gießt etwa 10 Minuten vor dem Anrichten den Rahm zu und läßt abgedeckt alles noch weiter schmoren. Anstatt Rahm kann Milch oder 1 Theelöffel Maizena mit Wasser aufgelöst, verwendet werden. Im Selbstkocher vorzüglich.

Vorstehende Rezepte sind dem Büchlein „Gritli in der Küche", II. Teil von „Wie Gritli haushalten lernt", entnommen.

Mehlpudding mit Vanille. 100 Gramm feines Mehl und ebensoviel frische Butter werden zu einem Teig zusammengeknetet, den man in 1/2 Liter siedende Milch gibt und unter fortwährendem

Umrühren so lange über gelindem Feuer verkocht, bis sich die Masse vom Kasserol ablöst: nach dem Auskühlen derselben mischt man 6 Eidotter, 70 Gramm Zucker, 1 Prise Salz und 1 Prise gestoßene Vanille darunter, fügt zuletzt den Schnee der 6 Eiweiße hinzu, kocht den Pudding 1½ Stunden im Wasserbade und gibt ihn mit einer Obstsauce auf.

Radfahrertorte. Zeit 1 Stunde. 60 Gr. feingesiebtes Stoßbrot, 8 Eier, 200 Gr. geriebene Schokolade, 120 Gr. feingestoßenen Zucker, 60 Gramm geschälte, feingeriebene Mandeln, 1 Eßlöffel Mehl, 2 Eßlöffel Rum. — Das Brot wird mit Rum oder Cognac gut angefeuchtet, die Eidotter verrührt man mit der Schokolade, dem Zucker, Mandeln, Mehl, gibt das Brot dazu, mischt den Eierschnee leicht darunter, füllt die Masse in eine Tortenform und bäckt sie. Nach dem Auskühlen wird sie glasiert, am Rande mit schiefgeschnittenen Mandeln verziert und in der Mitte von Mandeln ein Fahrrad zusammengestellt. — Zur Glasur werden 125 Gr. Zucker, 3 Eßlöffel Wasser zu einem dicklichen Brei gerührt, den man über schwachem Feuer gelind erwärmt. Die Masse streicht man mit einem Pinsel oder breitem Tranchiermesser auf die erkaltete Torte und läßt sie im lauwarmen Ofen abtrocknen.

Aus „Gritli"

Gesundheitspflege.

Haarpflege und Haarverwertung. Schöne, üppige Haare sind der Schmuck einer jeden Frau, daher ist es zu begrüßen, daß heutzutage mehr zur Pflege der Haare getan wird als früher. Keine Frau und keine junge Tochter sollte gleichgültig über das Thema „Haarpflege" hinweggehen; große Reinlichkeit ist eine Hauptbedingung für schönen Haarwuchs. Jedes weibliche Wesen sollte sich wenigstens jeden Monat den Kopf und die Haare gründlich reinigen, sei es, daß sie dies selbst tut oder daß sie sich von einer Coiffeuse oder einem Coiffeur bedienen läßt. Wer die Arbeit selbst besorgt, muß aber riskieren, daß viel mehr Haare ausgezogen werden, auch ist eher eine Erkältung möglich, als wenn man sich im gut erwärmten Damensalon mit den praktischen Spül- und Trockenapparaten bedienen läßt. Dort kann man dann auch erfahren, was der Kopfhaut zuträglich ist; für fettige Kopfhaut ein Mittel ohne Fettgehalt (gutes Chinin 2c.) für spröde Kopfhaut eine gute Pommade oder Brillantine. Den meisten Frauen Englands sind schöne, gut gepflegte Haare eigen, vor dem Schlafengehen bürstet dort jede Dame ihre Haare. Es sollte eine gute Haarbürste in keinem Schlafzimmer fehlen, auch ein Staubkamm leistet gute Dienste. Gerät man auf einem Spaziergang oder bei angestrengter körperlicher Tätigkeit in Schweiß, so wird man große Erleichterung empfinden, wenn die Haare gekämmt und gebürstet werden. Wird vor dem Schlafengehen die Frisur gelöst, das Haar gekämmt und gebürstet, so bleiben die Poren offen und werden angeregt zur Entwicklung eines kräftigen Haarwuchses. — Die Haare, welche in Kamm oder Bürste zurückbleiben, soll man leicht und luftig aufbewahren, sei es in einer Schachtel oder Düte. Es empfiehlt sich, jedes Jahr diese Haare waschen zu lassen, um sie vor dem Verderben zu bewahren. Es lassen sich von solchen Haaren sehr hübsche, praktische Sachen anfertigen, z. B. Ketten für Herren und Damen, Ringe, Broschen, Namen, Blümchen, Landschaften. Solche Arbeiten sehen allerliebst aus und haben besondern Wert, wenn die Haare von einem werten Angehörigen sind. Sind doch von unsern heimgegangenen Lieben die Haare das einzig unverwesliche und sollen wir sie als Andenken ehren.*) Wer den Haararbeiten abgeneigt ist, möge dennoch die Ausfallhaare aufbewahren, da man bekanntlich auch Gelegenheit findet, sie zu Gunsten unserer Unterstützungskasse zu verwerten.

Gartenbau.

Gartenkalender für den Monat November.

Im Obstgarten hat man bei günstiger Witterung mancherlei Arbeit zu verrichten. Man düngt, pflanzt und verpflanzt Obstbäume und Sträucher, reinigt ältere Bäume von Moos und Flechten 2c. Tritt starke Kälte ein, so werden die Pfirsichspaliere mit Tannenreis bedeckt.

Aus dem Gemüsegarten räumt man alles noch einzuwinternde Gemüse an die Aufbewahrungsorte. Federkohl, Marzelianer-Wirz, Petersilie, Schwarzwurzeln 2c. können jedoch ganz gut auf freiem Felde überwintern. Das abgeräumte Gemüseland ist für nächstes Jahr tief umzugraben und zu düngen. Auch die Erdbeerbeete werden mit kurzem Dünger belegt. Rosen, feine Koniferen, Stauden aller Art werden eingedeckt und das Gehölz beschnitten. Die im Frühjahr blühenden Sträucher werden nur wenig oder gar nicht beschnitten. Man befährt die Rasenflächen mit verrottetem Dünger. Rasen, der im Frühjahr neu angesät werden soll, gräbt man tief um. — Primeln werden nach und nach aus den kühleren Räumen in erwärmte Zimmer gebracht. Mit dem Treiben von Tulpen und Hyazinthen 2c. wird begonnen. Mitte November werden Kamelien und Azaleen mit gut entwickelten Knospen wärmer gestellt.

Tierzucht.

Der Schnupfen tritt nicht selten beim Geflügel als Folge einer Erkältung auf, hervorgerufen durch plötzlichen Temperaturwechsel. Er

*) Eine empfehlenswerte Adresse für Besorgung geschmackvoller Haararbeiten ist Frau Etter, Wartstraße, Winterthur.

äußert sich durch schleimige Ausflüsse der Nasenlöcher, gerötete und geschwellte Nasenschleimhaut und zuweilen auch der Augenbindehaut. Solche Tiere sind an einen warmen Aufenthaltsort zu bringen, müssen warmes Weichfutter und als Trinkwasser abgekochtes Wasser mit etwas Tannin versetzt erhalten. Die Nasenlöcher, Schnabel und Rachenhöhle sind mit zweiprozentiger Tannin- oder Alaunlösung auszupinseln.

Beinbrüche beim Geflügel heilen leichter und besser als beim Menschen und unseren vierfüßigen Haustieren. Jedoch wird man an Heilungsversuche nur bei wertvollen Zuchttieren herangehen, andere dürften besser abzuschlachten sein. Das Einschienen der Beine hat in der Weise zu geschehen, daß eine Person das Tier in der Rückenlage festhält und dabei das gesunde Bein mitpackt, eine zweite zieht die gebrochenen Teile vorsichtig etwas auseinander und paßt die Bruchstellen genau aufeinander, worauf eine Einschienung vermittelst starken Papieres oder Kartons zu erfolgen hat, was am besten eine dritte Person verrichten wird, dieweil die zweite das gebrochene Bein richtig hält. Die Papierschiene wird vollständig um das Bein herumgelegt und mit schmalem Band fest eingebunden; zuletzt wird der Verband mit Kollodium bepinselt. Ein zu festes Einschnüren, welches Schwellungen verursacht, ist zu vermeiden, jedoch muß die Binde so fest sein, daß sie nicht beweglich ist und sich nicht eindrücken läßt. Nach vier Wochen ist der Lauf geheilt und der Verband zu entfernen. Prakt. Wegweiser.

Frage-Ecke.

Antworten.

92. Die **Damenschusterei** zu erlernen ist zweckmäßig und rentabel, besonders wenn fünf Kinder da sind. Leder zu klopfen ist nicht nötig, denn auch die Halbsohlen sind vorgerichtet und zum Aufnageln fertig zu kaufen. Die Arbeit ist nicht so groß, nur etwas schmutzig. M.

93. Welche Frage! Da kündet uns die „Rosine" bei „Professors" seit einem halben Jahre ein **Kochrezeptbuch** an und Sie kommen und möchten wissen, wo was rechtes für Ihre im Kochen noch unerfahrene Schwester zu haben wäre? Da kaufen Sie doch natürlich diesen II. Teil von „Wie Gritli haushalten lernt", also „Gritli in der Küche". Ich warte auch wie ein Sperberchen, bis einmal das große Wort ertönt, man könne das Buch endlich haben! Sind Sie vielleicht eine neugebackene Abonnentin und wissen nicht einmal, daß im Laufe dieses Jahres im Ratgeber so prächtige Artikel über die ganze Kocherei erschienen sind, die auch der ungeübtesten Köchin Mut machen, hinter die schwierige Arbeit zu gehen? Und die sollen dann eben auch in dem Rezeptbuch stehen! Item! Der langen Rede kurzer Sinn ist der: machen Sie's wie ich, warten Sie noch ein bischen, bis das Buch heraus kommt. Es soll ja im Verlage des Frauenheim erscheinen und wird wohl auch nicht allzuviel kosten. Hoffentlich vernimmt man's dann rechtzeitig durch den Ratgeber. Eine Lernlustige.

Fragen.

94. Mein Mann findet, ich verstehe es nicht ein regelrechtes **fondue** zu machen, wie man sie in der französischen Schweiz ißt. Wer gibt mir ein gutes Rezept mit ganz genauer Beschreibung an? Wer noch andere Käsegerichte kennt, verpflichtet mich mit der Mitteilung zu großem Danke. Eine junge Frau.

95. Wo bezieht man billig **Christbaumgarnituren?** Oder sagt mir jemand, wie man sich das eine oder andere mit wenig Zeit und Geld selber anfertigen kann? Wir leben ganz einsam am Berge uud kommen jahraus, jahrein in keine Stadt. Für guten Rat dankt sehr Mütterchen.

96. Gibt es keine genaue gedruckte Anleitung wie man **flecken** aus den verschiedensten Stoffen entfernt? Ich komme immer in den Fall einmal aus Seide, dann wieder aus Wolle oder Baumwolle Flecken entfernen zu müssen und weiß oft nicht mehr, wie ich dabei vorgehen soll. Ich wäre sehr dankbar für guten Rat. Haushälterin in F.

97. Mich friert zur Nachtzeit an der **Stirne**, so daß ich etwas umbinden muß. Genügt dies, oder kommts vom Magen? Wer ist so gefällig und belehrt mich? Alternde Frau.

Für 6 Franken
versenden franko gegen Nachnahme
brutto 5 Ko. ff.
Toilette-Abfall-Seifen
(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toilette-Seifen).
Bergmann & Co.,
Wiedikon-Zürich.

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