Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung,

Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur,

Gartenbau und Tierzucht

Band: 13 (1906)

Heft: 7

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: 02.07.2025

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



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

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

Abonnements preis: Jährlich Fr. 2. —, halbjährlich Fr. 1. —. Abonnements nehmen bie Expedition Baderftrage 58, und jedes Boftbureau (bei ber Boft beftellt 10 Cts. Beftellgebühr) entgegen.

№ 7.

XIII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Nummern.

Zürich, 7. April 1906.

Was dich von außen freut, vergeht mit Zeit und Raum,

Was dich durch andre schmerzt, verweht wie böser Traum,

Doch was an Leid und Luft dein eigen Herz dir schafft,

Das bleibt auch eigen dir, nur das ift dauerhaft. E. S.

*

>>>>> Gesunde Wohnungen. €€€**

Von R. G.

(Nachbrud berboten.)

Sollen wir uns in unserer Wohnung dauernd behaglich fühlen, so kommt es in erster Linie darauf an, daß wir gesund bleiben und gerade unsere Heimstätten können unendlich viel dazu beitragen, ein Heer von Krankheiten zu verbannen oder anzulocken.

Hört man doch häufig genug, daß Familien, denen Krankheiten etwas gänzlich unbekanntes waren, aus den Unpäßlichkeiten bei Kindern und Erwachsenen gar nicht mehr herauskommen, seit sie eine neue Wohnung bezogen haben. Schuld gibt man diesem und jenem und ganz zuletzt, nachdem alle Mittel vergeblich angewendet wurden, kommt man erst darauf, daß möglicherweise in den Räumen, in den Böden und Wänden die Stoffe zu den totbringenden Krankheiten liegen.

Die Frage: "Wie können wir unsere Wohnungen gesund machen?" beschäftigt die Menschen seit langer Zeit, seit jenen Tagen, da man weiß, daß durch Mikroben und Miasmen Krankheiten auf rapide Art weiter verbreitet werden können.

Um ficher ju fein, bag man eine teim= freie Wohnung bezieht, empfiehlt es fich, biefe vor bem Beziehen zu beginfizieren und diese Brozedur ift bedeutend einfacher, als man gewöhnlich annimmt. Als geeignetftes Mittel bierfür gelten bie Dampfe von brennendem Schwefel. Noch ehe die Möbel in die Zimmer gebracht worden find, läßt man je nach ber Größe bes Wohnraumes ein halbes Rilo bis ein Rilo Schwefel auf glühenden Rohlen, bei geschlossenen Kenftern verdünften. Das Bimmer muß mit biefen Dampfen minbeftens 24 Stunden erfüllt bleiben und am besten wird nach Ablauf diefer Zeit noch einmal desinfiziert. Aber namentlich in Städten wird den neu Gingiebenden felten fo frubzeitig eine Wohnung zur Berfügung geftellt, daß eine Desinfektion noch vorgenommen werben könnte.

Für die Gesundheit ift Reinlichkeit in jeder Beziehung natürlich die erste Bedingung. Bunachst erstreckt sich die Reinlichkeit auf die Reinhaltung der Luft in allen Wohn= Much die beschränkteften Beimräumen. stätten, die kleinsten Zimmer können bei richtiger Behandlung stets von frischer, fauerftoffreicher Luft erfüllt fein. Ru biefem Aweck muffen fie täglich von Luft durch= zogen und felbft bei beißeftem Wetter ein oder zweimal täglich vom Sonnenlicht über= flutet werden. Denn die Sonne ist der befte Mikrobentöter, der sicherste Bertilaer aller Bazillen, die sich gerade im Sommer bei heißer Temperatur vorzüglich entwickeln.

Bang besondere Aufmerksamkeit wihme man den Korridoren, den Kammern und dunklen Stuben, von denen allzuhäufig ein leichter Modergeruch ausströmt. Der leiseste üble Geruch ist stets das Warnungszeichen, stets der Borbote einer Krankheit, und die sauerstoffreiche Luft allein ist imstande, diese Arankheit im Keime zu ersticken. Auch Fremdenzimmer und Salons, die oft lange Zeit nicht benutt werden, muffen täglich mindestens einmal gelüftet werden, benn es genügt nicht, daß die bewohnten Zimmer mit Sorgfalt behandelt werden, auch die selten benütten Räumlichkeiten sind, sobald sie vernachlässigt werben, Herde und somit Berbreiter von Krankheiten. Zu den Betten ber Schlafzimmer, zu ben Teppichen und Portieren muß ungehindert Sonne und Licht strömen. Sparsame hausfrauen werden dabei immer noch Mittel und Wege finden, zum Beispiel die Polstermöbel vor den sengenden Strahlen, die die Farben allzu rasch verblassen machen, zu schützen.

Besondere Aufmerksamkeit verdient neben den Wohn= und Schlafräumen die Küche. Hier werden die Speisen zubereitet, durch die der Mensch seinen ganzen Organismus erhält, von dem gesunden Zustande der Küche hängt häufig das Wohlbefinden der ganzen Familie ab.

Bon Rüchenabfällen und Spülwasser muß bie Rüche möglichst rasch befreit werben, benn biese scheinbar harmlosen Dinge sind eine Brutstätte giftiger Gase, die weit rascher und weit mehr ichlechtes zu wirken imstande sind, als man abnt. Aus Diesem Grunde follte der blecherne Abfalleimer stets sorgfältig verschlossen und oft geleert werden, der Ausguß mindeftens zweimal wöchentlich mit Gisenvitriol gereinigt wer-In einen Gimer Baffer wirft man ein Rilogramm bes Gifenvitriols und diefe Lösung wird die Bakterien, die sich in Unmengen gerade in der Schuttsteinröhre entwideln, vernichten. Der fogenannte Rüchen= geruch meldet stets, daß nicht gründliche Sorgfalt auf die Reinhaltung der Gefäße gelegt worden ift.

In gleichem Maße wie die Küche verstient der Keller Aufmerksamkeit. Gewöhnslich wird auf diesen Raum — der ju im Grunde nicht zur eigentlichen Wohnung rechnet — wenig Wert gelegt und gerade hier können sich am leichtesten die Keime der Verderbnis entwickeln, von der Dunkelsheit begünstigt. In erster Linie muß der Keller sauber und trocken sein, die Wände dürfen nicht schleimig, naßkalt sich ansühlen, die Luft darf nichts von dem Modergeruch ausströmen, den wir — leider und sälschslich — als sprische Kellerlust bezeichnen.

Nur schlecht behandelten, nachlässig venstilierten Kellern, an dessen Gebälk Pilze wuchern, die mit Schimmelsteden überzogen sind, haftet dieser Fäulnisduft an, während weiß getünchte Gewölbe, deren Fenster bei günstiger Witterung geöffnet werden, eine milde, reine Luft ausströmen, die im Somsmer fühler, im Winter wärmer scheint, als die Temperatur der "Oberwelt", da sie gewöhnlich zwischen + 9 und 10° R. beträat.

Es ist geradezu erstaunlich, wie gering die Mittel sind, mit denen man eine Wohnung gesund, mit denen man so und so vielen Menschen ihre Frische erhalten kann. Und diese Sorgfalt ist die beste Vorsichtsmaßregel gegen jede Epidemie, der treueste Wächter gegen das Einschleppen von Krankheit. Denn durch das Reinhalten der Luft, des Fußbodens, des Wassers, aller Gemächer und Gegenstände, sperrt man die Bazillen aus und durch äußerst leicht anzuwendende Mittel, nämlich Reinlichkeit und die sogenannten Desinsektionsmittel, tötet man sie, noch ehe sie imstande sind, Unheil anzurichten, denn in sauerstoffarmer Luft ist die Macht der Bazillen gesteigert und ihre Kraft wird einzig und allein durch gesunde Luft und Reinlichkeit gebrochen.

Summiert man alle Vorsichtsmaßregeln, summiert man die Zeit, die erforderlich ist, um eine Wohnung gesund zu erhalten, so kommt nur eine geringe Minutenzahl heraus. Und diese wahrlich sollen sich auch die beschäftigsten Hausstrauen von ihrer Zeit erübrigen können, damit sie die Angehörigen nicht der Gefahr aussetzen, irgend einer Erstrankung zum Opfer zu fallen.

٧

>>> Ostereier. *****

Oftern steht vor der Tür und die geplagte Hausmutter, die vor den Festtagen
noch so mancherlei Arbeit zu besorgen hat,
soll nun noch dem Ofterhasen energisch an
die Hand gehen und Eier in allen Farben
erstellen lassen! Um ihr die Arbeit zu erleichtern, seien ihr nachstehend eine Reihe
guter Ratschläge unterbreitet, die sie sich,
je nach der versügbaren Zeit und ihren
ökonomischen Verhältnissen nutbar machen
kann.

Billig und schön färbt man Oftereier mit den überall fäuflichen giftfreien Anilinfarben. Das Farbpulver muß jeweilen mit kochendem Wasser (ca. 1/2 Liter auf ein Patet) sorgfältig aufgelöst werden. nimmt man die in Waffer hartgekochten Gier, dreht sie in der Farbbrühe und reibt sie noch warm mit Speckschwarte glänzend. Will man einen schönen tiefblauen Ton hervorbringen, so verwendet man Indiao oder Blauholzspähne, rot wird durch Fernambukholz erzielt. Sett man der Abkochung von Blauholz etwas Effig zu, so werden die Gier hellviolett. Spinatblätter geben eine hubsche grune Farbe, Krapp färbt rosa. Will man ganz schwarze Gier, so färbt man sie mit einer Lösung von dromfaurem Rali. In einer Abkochung von Brafilienspänen werden dann die Gier dunkelviolett, gibt man dieser Lösung etwas Blauholz zu, so bekommen sie eine braune Farbe. Werden die Gier einmal nicht ganz tadellos im Ton, so kratt man mit einem Meffer in Längs= und Querstreifen oder in beliebiger Zeichnung die Farbe weg, so daß das Weiße hervortritt. Legt man Diese Gier noch turge Beit in die Farbbrühe, fo tritt die Zeichnung in einem hellern Ton Allgemein bekannt ift die Abkoch= hervor. ung ber Gier in Zwiebelschalen und Raffeewasser. Je nach der Länge der Zeit, mahrend der man fie in der Farbbrühe läßt, werden die Gier heller oder dunkler ge= färbt. Marmoriert werden die Gier durch Benutung von Mitadopapier. Man tann fie jum gleichen Zwede aber auch zuerst mit Zwiebelschalen, dann mit weißem Papier umhüllen und in Essigwasser tochen; die Farbione werden natürlich hier anders fein. Sehr hübsch machen sich Eier, auf denen Beterfilienblätter ober anderes Grün flach festgebunden werden; man schlägt sie dann noch in Seidenpapier ein und legt sie in eine zuvor mit Alaun aufgekochte Brube von Brafilienspänen. Die Stellen, wo die Blattchen lagen, heben sich nach ber vollendeten Prozedur rein weiß vom violetten Grunde ab. Goldene und filberne Gier stellt man her, indem die zuvor mit Eiweiß ober arabischem Gummi bestrichenen Gier mittelft eines Battebauschens mit Gold= oder Silberschaum betupft werden. Mit Salzfäure lassen sich gefärbte Eier be= liebig verzieren. Sehr hubich nehmen sich auch Gier in garten Tonen aus, denen man gebregte Blumchen und Grafer aufflebt.

Bei der jungen Welt allgemein beliebt sind die Schotolade-, Mandel- und Zucker- eier. Man gibt für erstere sein zerbröckelte Schotolade in einen Topf, der in kochendem Wasser steht, und läßt den Inhalt dünnflüssig werden. Ist dies geschehen, gießt man in ausgeblasene, gespülte und wieder getrocknete Gier, deren eine Deffnung mit Wachs oder Eiweiß verklebt wurde, den süßen Inhalt. Aehnlich verfährt man mit den Zuckereiern. Zu diesem Guß verwendet man seinen Staubzucker, in den man etwas Eiweiß und Rosenwasser einrührt. Dem

Buder kann man eine beliebige Farbe burch Himbeersaft, Safran ober Beidelbeersaft geben. Auch Mandeleier laffen fich in ber Privatkuche leicht herstellen. Das hartgetochte Ei wird zu diesem Zwede geteilt und der Inhalt verwendet. In der Messing= pfanne röftet man bann Bucker und bie gestoßenen oder gehactten Mandeln zu gelber Farbe, füllt die leeren Schalen damit und tlebt fie zusammen. Die Fugstellen tonnen mit Buderaug verziert werben.

Das wären in Rurze ein paar praktisch verwendbare Ratschläge! Macht euch nun an's Werk, werte Hausmütterchen, und wenn der große Tag anbricht, werdet ihr sicherlich für die Mühe reichlich entschädigt burch die Bergensfreude ber beschenkten jungen Welt! В.

#

🖦 Frühlingskräuter. 😂

Im Frühling, wenn der Wintervorrat zu Ende geht und die zarten jungen Ge= muse bes Subens für unsere Berhaltniffe noch zu teuer sind, sucht die Hausfrau gerne Erfat und angenehme Abwechslung in ben mancherlei erfrischenden Rräutern, die die freie Natur uns bietet.

Da ift z. B. die Brennessel, aus der sich eine gute Suppe und ein wohlschmeckendes Gemüse bereiten läßt. Sobald die Pflanze einige Stunden gelegen hat, kann man fie rubig anfassen, ohne sich zu brennen, eben= so, wenn man sie nach bem Bflüden in Wasser wirft. Beim Sammeln zieht man ein paar alte Handschuhe an.

Selbstverständlich dürfen nur die zarten jungen Sprossen verwendet werden, die älteren befigen nicht mehr bas ber Pflanze eigene Aroma und sind auch meist holzig.

Ru Brennesselsuppe werden die Blättchen fein geschnitten und in Fleischbrühe aufge= kocht, mit Ei und saurem Rahm legiert. Man kann die Suppe auch nach folgender Vorschrift mit Wasser kochen: Die feingewiegten Resselblättchen werden in etwas Butter gedünstet, mit Wasser aufgefüllt, einige Brotschnitten zugesetzt und gekocht. Beim Anrichten gibt man Eigelb, sauren Rahm und etwas Mustatnuß zu und würzt

mit Maggiwürze.

Als Gemuse wird die Brennessel wie Spinat behandelt und entweder allein oder zusammen mit Löwenzahn gekocht. Ihr Gehalt an Rohlenstoff und Nährsalzen ist größer als ber bes Spinats, ber wegen seiner blutreinigenden Gigenschaften hochge= schätt ift. Auch die junge Diftel, die Melde und andere fogen. Untrautpflanzen laffen fich fo zubereiten, wir muffen uns nur von unserm Vorurteil frei machen, sie lediglich

als Biehfutter zu betrachten.

Delikate Suppen und Salate liefern ferner die jungen Schöflinge des Löwenzahns, die Kreffenarten Rapunzeln, die Blätter des Löffelkrauts, Sauerklees, Wiesen= schaumkrautes, Sauerampfers, der Schafgarbe, der Banfeblumchen, des Bunder= mann, Kerbel, Portulact, ber Cichorie und vieler anderer Pflanzen. Es sei hier be= sonders darauf hingewiesen, daß es unklug ist, die dicken, fleischigen Blatistiele und Rispen fortzuwerfen; gerade in ihnen befinden fich die meiften Rahrfalzzellen, man hat nur nötig, fie fleinzuschneiben und unter den Blattsalat zu mischen. Feingeschnitten werben muß ber Salat für Leute, die an schwachem Magen leiden ober an schlechten Bahnen, so daß sie nicht imstande sind, ihn gehörig zu zerkauen. Es ift notwendig, ihn in stark zermahlenem Zustande der Berbauung zuzuführen, bamit er genügenb ausgenutt werden tann. Leute mit schwachem Magen sollten ihn auch statt des Essigs mit Zitronensaft angemacht genießen, überhaupt nur schwach gesäuert. Und gut zu achten ift barauf, daß man die Rräuter zwar sorgsam wäscht, aber nicht lange im Baffer liegen läßt, die Pflanzennährsalze find leicht löslich und gerade die besten Stoffe werden dann vergendet.

In Deutschland werden viele dieser Rräuter ohne besondere Zubereitung genossen. Man wäscht sie einfach, zerhackt sie gröber oder feiner und ift fie jum Butterbrot. folche "Frühlingsftulle". mit Butter bestrichen und belegt mit jungen Kräuter,

wird dort als Delikatesse betrachtet.



Das Reinigen von Schwämmen, Haarbürsten und Kämmen nimmt man folgendermaßen vor: Man gibt einen Eglöffel voll Borag in eine Schüssel mit warmem Wasser und knetet den Schwamm darin, dis er wieder aussieht wie neu. Borag löst den darin haftenden Seisenschaum, ohne die Schwammfaser anzugreisen. Um Haar die kant in ein Gefäß, daß die Borsten völlig das von bedeckt sind. In einigen Stunden hat sich aller Schmutz gelöst. Sobald das Benzin sich versstücktigt hat, ist die Bürste wieder gebrauchssfähig. Kämme legt man ebenfolls in Benzin und entsernt nach einiger Zeit mit einer alten Zahndürste den zwischen den Zähnen haftenden Schmutz.

Weiße Küte lassen sich mit einer Zitrone gut reinigen. Schwarze ober farbige lackiert man mit Hutlack, ber in ben Oroguerien jederzeit gebrauchsfertig zu kausen ist. Sind sie noch nicht sehr unsansehnlich geworden, so bürstet man sie gut aus und verreibt mit einem Läppchen ober einer Bürste Olivenöl darauf, was ihnen neuen Glanz versleiht. Man hüte sich aber vor dem Zuviel, da sich der Staub leicht auf derart behandelten Hüten seifzigt. Jaisse Garnituren und dergleichen können ebenfalls mit Del, das man mit einer alten Zahnsbürste sparsam aufträgt, wieder aufgefrischt werden.

Schwarze Chantilly- und andere Spitzen richtet man am besten wieder her, indem man sie erst mit gutem Spiritus mäßig anseuchtet und bann über starken Wasserbampf zieht. Man kann ganze Spitzenumhänge auf die Art wie neu hersstellen.

Grob zerkleinerte Sierschalen sind ein sehr gutes Reinigungsmittel für Flaschen; namentlich wenn sich Niederschläge aus den früher enthaltenen Flüssigkeiten an den Wandungen abgesetzt haben. Sie werden mit wenig Wasser in der Flasche gesschüttelt.

Neue Klammern muffen vor ihrer Berwendung erst in heißes Wasser eingelegt und getrocknet werden, sonst hinterlassen sie auf der seuchten Wäsche Flecke.

Der Viktoria-Bodenglanz der Firma Lobeck, Herisau, ist der Hausfrau, die ohne Benutung von Bodenwichse ihren Böden einen schönen, dauershaften Glanz verleihen will, sehr zu empfehlen. Er kann Berwendung sinden bei Hartholz und tannenen Böden, Inlaids und Linoleum. Sind die Böden nach Lorschrift imprägniert worden, so bedarf es zur nachherigen Instandhaltung keiner Stahlspäne mehr, auch die mühlame Behandlung mit der Blochbürste sällt weg. Der Glanz der imprägnierten Böden verschwindet auch beim seuchten Ausnehmen nicht. Nur stark abgelausene Stellen bedürsen von Zeit zu Zeit der Auffrischung. — Namentlich jett, wo in manchem Hause

halt die Generalreinigung bevorsteht, empsiehlt es sich, einen Bersuch mit dem Bräparat zu machen, das zu 3 Fr. per Literkanne und zu Fr. 2.50 offen direkt oder durch die Depots der Firma zu beziehen ist.

Will man wissen, ob ein Gewebe reinleinen ober halbleinen ober reinbaumwollen ist, so reinigt man die Probe sorgfältig in reinem gekochtem Wasser, taucht den Stoff in beliediges helles Del (Leinöl, Mohnöl, Olivenöl), drückt den Ueberschuß aus ung legt die Probe auf einen dunkeln Grund; die Leinensäden, nun durchsichtig geworden, erscheinen dunkel, die Baumwollfäden dagegen, die nicht durchsichtig wurden, zeigen annähernd ihre natürliche helle Farbe.

Reinleinen ist bei dieser Probe gleichmäßig bunkel, Halbleinen Kette dunkel, Schuß hell ober umgekehrt, Reinbaumwolle gleichmäßig hell



Kodirejepte.

Alfoholhaltiger Wein kann zu füßen Speisen mit Borteil burch alkoholfreien Bein ober wassers verdünnten Strup und zu fauren Speisen burch Zitronensaft ersetzt werden.

Erbsgriessuppe (Mitschi). 100 Gr. Erbszries (entfeuchtet) wird in 2 Liter stark kochende Fleischbrühe eingerührt und 15 Minuten gekocht. Man wird daraus eine sehr nahrhafte und wohlschmeckende Suppe erhalten. Die Fleischbrühe kunn auch durch kochendes Wasser ersest werden. In diesem Falle bedarf die Suppe eines Zusatzes von 50 Gr. seingeriebenem Käse, der mit dem Griesvermischt, eingerührt werden muß. Bei Verwendung von Witschiprodukten gilt als feststehende Regel, daß die Kochgeschirre nur zu 3/4 oder 4/5 gefüllt werden dürsen, weil alle entseuchteten Produkte stark aufquellen. Salz und sonstige Ginzlagen sind stets bei Beginn des Kochens der Flüssigigkeit beizusügen.

Schleie mit Petersilie. Der geschuppte, gereinigte und in Stücke geschnittene Fisch wird in ein gut mit Butter bestrichenes Kasseroll auf eine Lage von dünnen Zwiedelscheiden und streisig geschnittenen Petersilienwurzeln gelegt, mit Salz, einer Prise gestoßenem Psesser, ein wenig Muskatnuß, Nelken und Piment gewürzt und mit hald Wasser, hald schwacher Fleischbrühe übergossen, worauf man ihn über ziemlich starkem Feuer zum Kochen bringt, einige Löffel grobgehackte Petersilie hinzusügt, die Brühe mit heller Mehlschwihe verstickt und die Schleie vollends darin weichdämpst, wobei man acht geben muß, daß die Stücke nicht etwa zu weich werden und zersallen. Man reicht Salzkartosseln oder kleine Semmelklößichen zu biesem Gericht und seist die Sauce nicht durch.

Gitzibraten. Zeit $1-1^1/2$ Stunden. 1 Kilo vom Rücken ober die Schenkel des Gizi, 100 Gr. Fett, Salz, Pfeffer, 8 Deziliter Fleischbrühe.

Das Fleisch nicht waschen, nur abtrocknen, mit Salz einreiben, in die Bratpfanne legen und mit dem sehr heißen Fett begießen. In dem heißen Bratofen unter öfterem Begießen braten, wobei nach und nach löffelweise die Fleischbrühe zugezgossen und der Bratenfond mit der nassen Bürste losgepinselt wird. Man kann die Sauce mit etwas Kartoffelmehl fämig machen.

Froschschenkel, sautiert. Zeit 1/4 Stunde. 50 Baar Froschschenkel, 40 Gr. Butter, Beterfilie, Zitronensaft. — Die gereinigten Schenkel werben mit Salz bestreut und abgetrocknet. Dann bringt man sie in die steigende Butter, schwenkt sie damit und läßt sie zugedeckt fünf Minuten dünsten, gibt etwas gehackte Peterfilie und Zitronensast darüber. Auch für Kranke ein sehr kräftiges und leicht verdauliches Gericht.

Aus "Gritli in ber Rüche."

Spinatknöpfli. Dem gewöhnlichen Knöpfliteig (500 Gr. Mehl, 2 Eier, Salz, halb Milch, halb Wasser) fügt man zuletzt rohen, gut gewaschenen und fein gehackten Spinat bei. Man rechnet auf obiges Quantum Mehl 1/2—1 Kilo Spinat, je nachdem man die Knöpfli mehr ober weniger grün wünscht. Im übrigen verfährt man wie bei den Mehlknöpfli. Zu den Spinatknöpflischmedt geriebener Käse ganz besonders gut.

Aus "Diat. Speisezettel" von A. Bircher.

Rhabarberkompott. Die Blattstiele von getriebenem oder gebleichtem Rhabarber sind am vorzüglichsten hiezu; man wäscht und schneidet sie in Stücken von 3—6 Centimeter Länge, schält sie jedoch nicht, was nur bei dem ungebleichten, schon völlig ausgewachsenen Rhabarber notwendig ist; auf 500 Gr. davon klärt man 200—250 Gr. Zucker, auf dem man ein wenig Zitronen= oder Orangenschale abgerieben, in einer Obertasse Wasser, dämpst den Rhabarber ganz langsam darin weich, ohne daß er zerfallen darf, nimmt ihn mit dem Schaumlössel heraus, legt ihn in die Kompotischale, dicht den Strup noch ein wenig ein, färbt ihn nach Belieben mit 2—3 Tropsen Cochenisletinktur und gießt ihn über die Rhabarber= stücke.

Eierfricassée auf englische Art. 6 Eier werden hartgesotten und nach dem Abschälen jedes in 4-6 Streifen zerteilt, worauf man 60 Gr. Butter mit einigen gehadten Champignons, einer kleinen Schalotte und einem Eßlöffel voll gehadter Petersilie, sowie ein wenig Pfeffer und Salz durchschwitzt, einen Eßlöffel voll Mehl und eine Oberstasse voll Rahm hinzufügt und die Eier einmal in der Sauce aufkochen läßt; zuweilen gibt man zu der Sauce zuletzt noch etwas Zitronensaft oder Senf.

Gesetzte Sier. Gine flache Steingutschüssel, welche die Ofenhitze verträgt, wird mit Butter bestrichen, worauf man 1/4 Liter sauren Rahm hineingießt, 6 rohe Gier vorsichtig darüber aufsichlägt, dieselben mit Sardellenstreisen belegt, mit gehackter Petersilie oder Schnittlauch nebst geriebener Semmel überstreut, Butter in kleine

Flöckchen darauf zerpflückt und die Schüffel so lange auf dem Dreifuß in den Ofen stellt, dis die Gier fest geworden und mit einer bräunlichen Kruste überzogen sind.

Deutsche Charlotte. Eine glatte, ziemlich flache Form wird auf dem Boden und an den Seiten dicht mit Biscuits ausgelegt, auf die man eine Schicht von beliebigem Obstgelee gießt und auf dem Eis starr werden läßt; während des Erstarrens füllt man die Form vollends mit gesichlagenem Nahmschaum, dem man mit Vanille, Zitronenzucker, Maraschino oder dergleichen einen angenehmen Beigeschmack gegeben hat, und stürzt die Charlotte erst, wenn sie ausgegeben werden soll. Nach dem Umstürzen verziert man sie oben mit Früchten oder Gelee.

- Basler Osterfladen. Aus 11/2 Liter Milch und 250 Gr. Gries wird ein dicker Griesbrei gefocht, den man in eine Schüssel ausschüttet, nach dem Erkalten mit 250 Gr. stüßen und 30 Gr. bitteren, geschälten und gestoßenen Mandeln, 8 Sidottern, etwas Salz, 300 Gr. Zucker, 125 Gr. Rosinen, 12° Gr. Korinthen und dem Schnee der Eiweiße verrührt, auf ein mit Butterteig belegtes Kuchenblech streicht und drei Viertelstunden bei gleichmäßiger Hiße bäckt.

Gesundheitspflege.



Mie oft soll man den Kopf waschen und womit? Diese Frage beantwortet Dr. Pohl in seiner Schrift "Dieshaartrankheiten 2c." wie folgt:

Sehr viele Menschen haben eine so geringe Schweißabsonderung'am Ropfe und eine so geringe Abschilferungk der Oberhaut, brauchen auch so wenig Oel und Pomade, daß das tägliches Durchstämmen des Haares für die Reinigung genügt— sie brauchen gar kein Waschmittel. Wird eine Waschung zwar nötig, aber nur etwa alle Monate einmal, fo fann Seifenwaffer genommen werben: hingegen fruft ber häufige Gebrauch des Seifenwassers eine ziemlich starke Reizung hervor; es tritt bann ein Gefühl von Spannung und eine Trockenheit ein, bieg nicht selten von einer gesteigerten Schüppchenbildung gefolgt ist. Hier eignen sich nur milbe Mittel: das käufliche Honigwasser und Beilchenwasser habe ich aus verschiedenen Läden versucht und brauchbar gefunden. Das viel angewendete Eigelb, in wenig warmem Waffer geschlagen ist auch mild, nur braucht man hinter= her eine etwas große Menge Waffer. Um liebsten wende ich folgendes Waschmittel an, das jede Hausfrau für sich und die Ihrigen selbst bereiten tann und das am wenigsten reizend ift: ein Eglöffelvoll Kleie (Mandel- oder Weizen- oder Roggenfleie) wird in einen Topf kochenden Waffers geschüttet und 2—5 Minuten lang aufgekocht, das Wasser wird dann durch Leinwand geseiht und lauwarm oder kalt, je nach der Gewöhnung des Ropfes oder je nach dem Wohlbehagen (benn ärztlich ist beides gestattet) als Waschmittel benutt. Empfindliche Naturen sollen nach jeder Waschung 1—2 Stunden lang jedetstarke Abkühlung vermeiben, und sobald die Haare völlig trocken geworden sind, diese etwas einölen; es dringt das Del dann am tiessten ein. Findet sich nach der Waschung auch ein Gefühl von Spannung oder Trockenheit in der Haut ein, so wende man auch auf diese etwas Del an. Beim Waschen gehen selbstverständlich mehr Haare aus als sonst.



Krankenpflege.



Arzneistoffe in Pulverform, abaeteilt ober lofe in einer Schachtel, find, wenn löslich, erft in einem Löffel ober einem viertel ober halben Glafe Wasser aufzulösen und zu trinken; wenn schwer ober gar nicht löslich, mit Waffer zu verrühren und bann einzunehmen. Die am Einnahmegefäß ober im Mund noch haftenben Bulverteile find mit reinem Baffer nachzureichen beziehungsweise zu schlucken. Manche können Bulver bequem in ber Beise nehmen, daß fie fich basselbe weit rud: wärts auf die Zunge schütten, beziehungsweise icutten laffen und dann mit Baffer herunterspülen. Scharfe, sehr schlecht und widerlich schmedende Bulver werben am besten in Oblaten gegeben. Sind dieselben nicht schon eingefüllt, in sogenannten Kapseln ausgegeben, so legt man eine Oblate in einen Löffel, feuchtet sie überall eben an, schüttet das Bulver mitten barauf und faltet nun die Rander der Oblate über demfelben. Das so eingewickelte Bulver mitsamt ber Oblate wird dann gleichzeitig mit Waffer heruntergeschluckt. Manche weniger stark wirkende Pulver werden der Rostenersparnis halber stärker verschrieben und vor dem Eingeben geteilt, was dann die Pflegerin mit Sorgfalt vornehmen muß. Loses Pulver in einer Schachtel, einer Dose, sogenanntes Schachtelpulver gibt man gewöhnlich messerspiken= ober theelöffelweise; bas erftere entspricht meiftens bem halben Theelöffel.

Billen werben auf ben hinteren Teil ber Zunge gelegt und unter leichtem Rückwärtsbeugen des Kopfes mit Wasser geschluckt. Manchem Kranken fällt es schwer, Billen einzunehmen; erleichtert wird dasselbe vielsach durch Einwickeln in gekautes Brot oder in ein Stück gedörrter Pflaume oder auch durch Teilung der Pille, wenn dies möglich ist.

Pastillen, Tabletten sind teilweise in Wasser löslich und können so eingenommen werden; sonst verfährt man mit denselben wie mit Villen.

Delige Arzneistoffe sind leichter einzunehmen, wenn dieselben vorher angewärmt, etwa in eis wärmtem löffel gegeben werden ober unter Zusat von ichwarzem Kaffee, Suppe, Zucker und bersgleichen.



Das Beste was wir in dieser Welt tun können, ist, unsern Mitmenschen recht viele kleine Freuden zu machen. Rosegger.



Gartenbau und Blumenzucht.



Bon grosser Bedeutung für den Erfolg in der Gemüsegärtnerei ist die örtliche Lage des Gemüselandes. Es soll wohl gegen hestige Winde geschützt liegen, doch auch sonst frei, nicht von Gebäuden und Bäumen eng umschlossen. Bor allem Sonne im Frühjahr, überhaupt nicht zu wenig Sonne obwohl grelle, ungemilderte Sonnens glut im Hochsommer keineswegs gut ist. Von ganz besonderer Wichtigkeit aber ist, daß der Garten der Wohnung so nahe wie möglich liegt. Am besten so, daß man gleich vom Hause aus den Garten betritt. Dann kann jede freie Minute im Garten verbracht werden. All die vielen an sich kleinen und geringsügen Vorteile, die die Nähe des Gartens gewährt, fallen beim Gartenbaus betriebe erheblich ins Gewicht.

Bom Gartenboden, fagt Böttner, verlangen wir füng Eigenschaften:

- 1. Er soll nahrhaft sein, alle Nährstoffe ents halten, welche unsere Gemüse gebrauchen.
- 2. Er soll humusreich sein. Der Boben, welcher viel schwarze, schwammige Humusbestandteile entbält, trocknet nicht so schnell aus, die Wurzeln finden darin längere Zeit Feuchtigkeit.
- 3. Er soll tiefgründig locker sein, damit die Wurzeln leicht eindringen können.
- 4. Er soll feucht und durchlässig sein, und zwar so, daß überflüssiges Wasser leicht abziehen, sehlendes schnell wieder aus dem Untergrunde emporsteigen kann.
- 5. Er foll warm sein. Die Wärme des Bobens beförbert wesentlich das Wachstum der Pflanze.

* Frage-Ecke. *



Antworten.

- 19. Ich habe auf Ihre Frage betr. Hausschusterei folgendes zu sagen: Ich schustere imsmer die Pantoffeln für meinen Mann, meine Söhne und für mich. Ich verwende die Herrenskleiderreste dazu und sinde die Pantoffeln sehr dauerhaft. Nur für Kinder sinde ich, lohnt es sich nicht, solche Pantoffeln oder Schühlt herzustellen. Frau I.-M.
- 21. Aus Seidenstoffresten kann man recht hübsche Fensterrouleaux machen. Die Seide muß durchsichtig sein. Mit einem Muster für die Fragestellerin dient gerne eine Abonnentin.
- 22. lleber die Zahnderschen Nährsalze kann ich mir kein Urteil erlauben, weil ich sie nicht kenne. Ich finde aber, man legt heutzutage den künstlichen Nährmitteln allzugroßen Wert bei. Würde man sich richtig nähren, so hätte man nicht nötig, zu all diesen Präparaten zu greisen. Marie.

28. Moos rottet man am besten aus, wenn basselbe mittelst eines alten Messers entsernt wird, wo es möglich ist. Dann bespritzt man die Stellen mit ziemlich scharfem, lauem Salzwasser.

Distel.

Rigorofa.

24. Selbstkocher-Geschirre erhalten Sie bei ber Selbstkocher-Gesellschaft in Zürich, Felbstraße 42. Sie brauchen nur Größe und Durchsmesser anzugeben. Der Ring, von dem Sie schreiben, gehört zu einem andern System. Diftel.

25. Verschaffen Sie sich Essigmutter aus gutem Restaurant ober Privathaus (auf Wunsch trete ich Ihnen gern von der unsern ab) und setzen Sie dieselbe in einer Korbflusche, die mit Leins wandläppchen verbunden und an warmem Orte aufgestellt wird, mit ein paar Litern gutem Tischs wein an; wir verwenden zum Nachfüllen jeweilen die trüben Reste von Flaschenweinen, Weins und Mostfässern und haben immer guten Essig.

Rigorosa.

26. Wir färben Ostereier steiß im Absud von Zwiebelschalen; die einen binden wir mit Kräutern oder Blümchen ein, andere umwickelt man kreuzweise oder in beliebigen Windungen mit Garn, auf dritten befestigt man Markenbändeli und schreidt in die zurückbleibenden hellen Stellen Sprüche mit erzieherischem Sinn; auch kleine Federzeichnungen auf den braunen Untergrund der einsach gefärdten Eier sind wirkungsvoll. Ich erinere mich mit Vergnügen an ein solches Vilden, das meine schlechte Haltung beim Lesen verspottete und auf einen Schlag korrigierte, was ewige Ersmahnungen nicht fertig gebracht hatten.

26. Abziehbilber auf die weißen, hartgekochten Sier angebracht, sind beliebt. Ferner hat man im Haushalt immer etwelche Flicken von Kattun oder anderen Stoffen, die absärben, besonders auch von farbigem Papier (event. Frank-Kaffees zusap-Papier), davon werden allerlei Figürchen oder Buchstaben ausgeschnitten und sehr sorgfältig und fest um die Eier gebunden (vor dem Kochen). Noch schöner nehmen sich aber die um die Eier gebundenen seinen Gräser und Blätter aus. — Bon den Blättern der Zwiebelvslanzen, Zeitlosen. Tulpen u. s. w. lassen sich ebenfalls die hübschesten Dinge ausschneiden. Dann wird aber jedes dieser Sier noch in einen kleinen Lappen gewickelt und sest umwunden, ehe man sie in Kassees oder

Zwiebelbrühe siedet.

26. Ostereier werden hübsch, wenn man sie mit Zwiebelschalen umbindet und dann kocht. Dann hat man oft Stoffresten, die leicht abfärben; diese wickelt man um die Gier, auf welche außzgeschnittene Buchstaben, Ornamente gebunden oder geklebt wurden. Jedes gefärbte Ei muß mit Speckabgerieben werden. Dadurch erhalten die Eiereinen schönen Glanz. Hübsch braun werden die Eier, wenn man sie mit Kassesagt kocht.

26. Eine ausführliche Anleitung zum Färben der Ostereier finden Sie im Texteil dieser Nummer. Die Red.

Fragen.

27. In Nr. 3 des "Hauswirtschaftlichen Ratsaeber" war bei einer Besprechung der Altschi-Produkte der Satz zu lesen: "Das Brot aus entseuchtetem Mehl sei ein Ersatz für das schwerzverdauliche Grahambrot." Ich war disher der Meinung, daß das Grahambrot in Bezug auf gute Verdaulichkeit andern Brotsorten vorzuziehen sei. Könnte ich von maßgebender Seite Aufschluß bekommen? Mit bestem Dank. Interessierte.

28. Wie kann man sich ohne große Kosten ein Privat-Sonnenbad herstellen, wenn man in einem Miethause wohnt, also das Gehäuse nach Gebrauch wieder zusammenklappen und "versorgen" müßte? Ich wäre für guten Rat herzlich dankbar.

Mina.

29. Was für Zimmerpflanzen muß man wählen, wenn man eine ziemlich düstere Wohnung inne hat und den Pflanzen des Blumentisches namentlich im Winter wenig Luft und Licht zuswenden kann? Für guten Rat dankt Blumenliebhaberin.

Es war früher viel mehr Sitte, sich einen Vorrat von Seife anzulegen, damit lettere gehörig austrocknen könne und sich beim Gebrauch weniger rasch abnüte.

Gerade jest, wo die großen Frühlings-Waschund Scheuertage bevorstehen, sollte keine vorsorgliche Hausfrau versäumen, sich ein gewisses Quantum Seife zu verschaffen, um diese dann später in gehörig trockenem Zustande verwenden zu können.

Sunlight-Seife eignet sich hiefür ganz besonders, indem sie, vermöge ihrer vorzüglichen Zussammensehung, kaum merklich eintrocknet, während andere Seisen bedenklich zusammenschrumpfen, woraus man sicher schließen kann, daß sie zuviel Wasser enthalten, dagegen aber zu wenig Fette und Oele. Daraus erklärt es sich auch, warum SunlightsSeise ausgiediger und wirkungsvoller ist als andere Seisen, denen gegenüber sie übershaupt einzig dasteht als garantiert absolut rein und frei von schädlichen Bestandteilen.

Hausfrauen!

Das beste Emailgeschirr der Welt

ist das mit dieser Schutzmarke versehene

Neue Amberger Gesundheits-Kochgeschirr



aussen und innen grau,
aussen braun, innen granit.
Es bewährt sich als das bestebilligste und schönste Geschirr für alle Zwecke des Haushaltes. — Garantie für Feuerund Säure-Beständigkeit.

Zu haben in allee Küchenund Haushaltungsgeschäften. Wo nicht erhältlich, werden Adressen nachgewiesen.

Alleinverkauf für die Schweiz: Ernst Walcker & Cie., Zürich.