Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **14 (1907)**

Heft 4

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion:
E. Coradi-Stahl
Zürich
unter Mitwirkung
tüchtiger
Mitarbeiter.

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

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

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition Lägerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

№ 4. XIV. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | Zürich, 16. Februar 1907.

Freund in der Not will nicht viel heißen,
Hilfreich möchte sich mancher erweisen,
Aber die neidlos dein Glück dir gönnen,
Die darfst du wahrlich Freunde nennen.

Paul Heyse.

Das Anrichten der Speisen.

Kleinere oder größere festliche Veranstaltungen, wie auch der täglich im Familienkreis zu besorgende Tisch fordern von der tüchtigen Hausfrau eine große Aufmerksamkeit, auch in Bezug auf das Arrangement der gebotenen Speisen. Hängt doch nicht zum kleinen Teile von einem gefälligen Äußern der Gerichte sowohl der Appetit als auch das Wohlbefinden unserer Tischgenossen ab. In dem lesenswerten Büchlein von Luise Holle „Feste und Geselligkeiten im häuslichen Kreis" wird auch diesem Gegenstand ein Kapitel gewidmet, das wir unsern Lesern nicht vorenthalten wollen.

„Auf eine festlich gedeckte und geschmückte Tafel bringt man auch anmutig verzierte Gerichte, denn das gefällige Anrichten der Speisen ist die Poesie in der Kochkunst, welche dem materiellen Charakter der Mahlzeiten ein künstlerisches Gepräge verleihen soll. Die Ausschmückung der verschiedenen Gerichte erfordert Nachdenken und Überlegung, damit der Ausputz der Speisen im Einklang mit ihrem Geschmack steht und letzteren nicht etwa verdeckt. Hierzu mögen einige Fingerzeige gegeben werden.

Suppen gestaltet man appetitlich durch verschiedene Einlagen, von denen Gemüse mit dem Buntschneidemesser zu zierlicher Form geschnitten, die Klößchen aber mit Krebsbutter, Tomatenbrei, Spinatsaft oder Safran buntgefärbt, oftmals auch wohl in Fett goldbraun ausgebacken werden.

Ganze Fische sehen sehr schön auf einem Reissockel aus, den man mit kleinen Butterkügelchen und Häufchen von gehacktem hartem Eigelb umgibt; aber auch ein Kranz von Petersilie und ausgezackten Zitronenscheiben genügt schon zur Belebung einer Fischschüssel. Kleinere, krummgebogene, angerichtete Fische erhalten am Kopfende eine aus einer Zitrone geschnittenes Körbchen, das man mit kleinen Butterkugeln füllt, die man mit gehackter Petersilie bestreut.

Der Ausputz des Fleisches richtet sich nach der Art desselben. Gekochtes Rindfleisch nimmt sich schon in einem Kranz von Brunnenkresse und Meerrettichlocken hübsch aus, auch kann es mit Mixedpickles, Gurken und geriebenen Radieschen verziert werden; gebratenes Rindfleisch ist in einem Rand von Kartoffelbrei anzurichten, der mit lichtbraun gebratenen Zwiebelwürfelchen und mit einem Kranz von jungen Erbsen, grünen Bohnen oder glasierten Karotten umgeben wird. Zum Kalbsbraten paßt ein mit Tomatenscheiben belegter Reisrand gut; zum Ausputz empfehlen sich Morcheln, junge Erbsen und ausgebackene Kartoffeln. Hammelfleisch verlangt als Garnierung Rübchen, geschmorte Gurken, glasierte Zwiebeln, Tomaten und ausgebackene Kartoffelbällchen, während Schweinebraten, Apfelscheiben, Krautsalat oder saure Gurken, Rippespeer eine Guirlande Maronen, gedämpfte Zwiebelchen und Sauerkraut, gekochter Schinken endlich junge Erbsen, Haricots verts, weiße Makkaroni und Kastanien als Schmuck erhält. Geflügelbraten wird zerlegt, mit Silberspießchen zusammengehalten und auf Salatblättchen angerichtet. Wildgeflügel wird statt dessen auf einer Unterlage aus Sauerkraut dargeboten.

Hübsch läßt sich das Gemüse anrichten. Spinat besteckt man igelartig mit gerösteten Brotstiften und gibt ihm einen Kranz halbhart gekochter Eierviertel. Spargel wird auf eine passend zugeschnittene, trocken geröstete Brotscheibe gelegt und mit gerösteten Semmelkrumen bestreut. Rotkohl darf nicht zu viel Sauce haben, er muß in flacher Schüssel angerichtet und mit gedünsteten Apfelscheiben, die man mit Johannisbeergeleesternchen bedeckt, garniert werden. Bergartig aufgehäufter Rosenkohl, wie auch braunen Winterkohl umgeben geschmorte Kastanien. Weißkraut erhält einen Kranz von runden Kartoffeln, die in Butter und etwas Kümmel geschwenkt werden, Bouillonreis einen Kranz von Tomatenscheiben und junge, grüne Bohnen einen Rand weißer Bohnen, Erbsen werden mit Petersilie reichlich bestreut und Schwarzwurzeln mit gerösteten Semmelkrumen durchgeschwenkt.

Von den kalten Speisen bieten Salate und die verschiedenen kalten Schüsseln Gelegenheit zu reichem Ausputz, wozu die Hausfrau besonders die folgenden, einfach zu beschaffenden Dinge benutzen kann. Sehr hübsch sind z. B. Eier in Aspik; letzterer ist ein vortreffliches Garnierungsmittel. Man füllt kleine Eierbecher mit lauwarmem Aspik und gibt bei beginnendem Erstarren ein hartes Eigelb hinein. Sehr rasch lassen sich Sellerielocken herstellen, zu denen eine Knolle Sellerie geschält, gewaschen und der Länge nach in Viertel geschnitten wird, worauf man jedes Viertel noch einmal der Quere nach durchteilt. Jedes erhaltene Sellerieſtück wird mit einem kleinen, scharfen Messer sechsmal so eingeschnitten, daß unten $1^1/_2$ Cm. zusammenhängen bleiben und die Stücke dann so lange in kaltes Wasser gelegt, bis sie sich gelockt haben. Zu Radieschenrosen schneidet man den Stiel scharf ab, macht mit einem Messer von der Spitze her fünf bis sechs zur Mitte reichende Halbschnitte in die Schale und hebt die roten Teile dann so ab, daß sie blattartig auseinanderstehen. Der freigewordene weiße Mittelteil wird zuletzt etwas abgerundet. Aus kleinen Pfeffergurken kann man grüne Fächer herstellen; man schneidet die Gurken mit möglichst feinem Messer in ganz dünne feine Scheiben, die am Stiel zusammenhängend bleiben müssen, biegt sie fächerförmig auseinander und schiebt zwischen die einzelnen Scheiben ein Stückchen rotgefärbten Aspik. Eiernäpfchen als reizende Verzierung erhält man aus hartgekochten, geschälten Eiern; man schneidet sie quer durch, entfernt das Eigelb und legt jedes der so entstandenen Näpfchen in Roterübensaft, damit sie eine rosa Farbe annehmen. Die rosa Eiernäpfchen werden mit Kapern, geschnittenem, hartem Eigelb und klein geschnittenen Gurken, die weißen dagegen mit zerteilter Pökelzunge, Schinken, Lachs, Tomatenstückchen, Kaviar und Salznüssen gefüllt. Aus Fleischsulz endlich entstehen durch Aus-

stechen allerlei Figuren, die sich hübsch als Ausputz ausnehmen, auch kann man den Aspik einfach gröblich hacken und ihn kranzförmig um die Schüssel legen.

Kompotte und süße Speisen erlauben ein Verzieren nur in beschränktem Maße. Bei den Kompotten müssen die einzelnen Früchte tadellos geschält werden und nicht zerkochen. Birnen und Pfirsiche kann man zur Hälfte mit Cochenille, von der man dem Zuckersaft einige Tropfen zusetzt, rot färben und dann in den Farben abwechselnd kuppelförmig anrichten. Apfelmus wird auf hübscheste und doch einfache Weise mit einer Sternfigur aus geschälten, grünen Pistazien, deren Zwischenräume mit Fruchtgelee ausgefüllt werden, verziert oder mit zerkleinerten Mandeln und Rosinen. Von gedörrtem Obst richtet man Apfelschnitten kranzförmig an und füllt in die Mitte gedünstete Prünellen, während man gedünstete Pflaumen mit gehackten, hellen, eingemachten Nüssen bestreut. Für die meisten kalten süßen Speisen bilden abgetropfte, eingemachte Früchte den schönsten Ausputz. Schokolade oder Fruchtsaftspeisen garniert man mit Schlagsahne.

Auch dem Anrichten von Butter und Käse schenkt man neuerdings große Aufmerksamkeit und ordnet die verschiedenen Käse, die Gebäcke, die Butter und die Radieschen meist zugleich auf einzelnen Platten. In der Mitte wird die Butter bergförmig in kleinen Röllchen aufgeschichtet, die man erhält, wenn die vorher einige Stunden auf Eis gelegene Butter leicht durch eine Fleischhackmaschine gedrückt wird. Durch Radieschenrosen und grüne, frische Kresse teilt man die Schüssel in acht Felder, die man mit Weißbrot- und Pumpernickel-Schnitten, Salzbretzeln und Käsestangen abwechselnd mit Roquefort-, Sahnen-, Emmenthaler- und Kräuterkäse oder dergleichen füllt. Wenn möglich läßt man einen zwei bis drei fingerbreiten Rand frei und belegt diesen mit Efeuranken und dunkelroten Blüten, um so Poesie und Prosa zu vereinen.

Ein Beitrag zur Körperpflege.

Der allgemeinen Körperpflege wird leider kein so großes Interesse entgegengebracht, wie der Toilettenfrage, trotzdem sie viel größere und andauernde Vorteile bietet.

Nicht selten kommt es vor, daß schon jüngere Frauen bald nach der Verheiratung in Bezug auf ihre äußere Erscheinung geradezu nachlässig werden, oft zum Aergernis des Ehegatten.

Es ist aber absolut keine übertriebene Gefallsucht darin zu suchen, wenn man auf sein Äußeres Wert legt. Einer gefälligen netten Erscheinung wird immer Sympathie entgegengebracht, während ein nachlässig gekleideter, unordentlich aussehender Mensch leicht unterschätzt wird.

Zur Körperpflege zähle ich die Körper- und Gesichtsmassage, die Heilgymnastik, das Turnen, die Haarpflege, die Hand- und Nagelpflege, die Fußpflege, die verschiedenen Sport, Spaziergänge, Bäder etc.

Wohl kein anderes Heilverfahren in der Medizin besitzt ein gleich ehrwürdiges Alter wie die Massage und kein anderes hat in früherer Zeit eine so allgemeine und weitgehende Anwendung gefunden. Auch in unserer Zeit findet sie wieder volle Anerkennung.

Es würde zu viel Zeit und Raum in Anspruch nehmen, wollte ich diese wohltätige, oft gerade Wunder wirkende Heilmethode genau beschreiben und all die Krankheiten und Leiden aufzählen, bei welchen sie mit Erfolg angewandt wird. Ich erwähne blos, daß die Massage gegen Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Energielosigkeit, bei Fettleibigkeit, Stuhlverstopfung, kalten Füßen, Rheumatismen etc. etc. vorzüglich wirkt. Es gibt viele Frauenärzte, die dem weiblichen Geschlecht sehr empfehlen, jährlich 3 bis 4 Massagekuren (allgemeine Körpermassage) von ca. 2 bis 3 Wochen zu machen zur Hebung des Allgemeinbefindens. Eines ist dabei aber immer wieder zu betonen: Leidende sollten sich nur nach ärztlicher Verordnung und nur von patentierten,

mit amtlicher Bewilligung versehenen Masseuren und Masseusen behandeln lassen.

Die Gesichtsmassage, die besonders in Amerika und Frankreich neuerdings sehr häufig ausgeübt wird, dürfte für viele Damen von besonderem Interesse sein.

Jede Massage hebt und bessert anerkanntermaßen die Ernährung der massierten Teile. Durch Fortschaffen der verbrauchten Stoffe, durch Anregung der Zellen wird eine bessere Blutzirkulation herbeigeführt und werden dadurch alle Leiden günstig beeinflußt, die auf einem Darniederliegen der Ernährung beruhen. Dieser Uebelstand verursacht so viele Schönheitsfehler der Gesichtshaut, wie Blässe, abnorme Trockenheit, Sprödigkeit, Pusteln, Mitesser, Runzeln, Falten etc.

Bei sog. Doppelkinn gibt es kein besseres und kein sichereres Mittel, als gute Gesichts- und Halsmassage (aber nur Handmassage).

Auch die bei jüngeren Damen abnorme Blässe wird von Gesichtsmassage nach kurzer Zeit günstig beeinflußt.

Rationelle Gesichtsmassage, von fachkundigen, geübten Händen ausgeführt, vermag in vielen Fällen bedeutende Besserung oder gänzliche Beseitigung dieser Fehler herbeizuführen.

Durch unverständige, von Laien ausgeführte Behandlung, wozu gewöhnlich noch übertrieben viele Dampfbäder mit diversen chemischen Zusätzen kamen, wurde aber schon viel geschadet.

Frau Dr. B. schreibt im Unterhaltungsblatt zur Modenwelt über Gesichtsmassage unter anderm: „Kein toter Gegenstand kann einen so bedeutenden Einfluß auf die Gesichtshaut, wie auf die Nerven der mit Massage Behandelten haben, als die Finger, die weiche, wohlgepflegte und doch energische Hand einer sympathischen Persönlichkeit.“ Der Satz „Leben auf Leben“ hat eben seine volle Berechtigung, und weiter schreibt sie: „Nimmt man dagegen ein Instrument zum massieren des Gesichtes, so ist es ganz natürlich, da man mit diesem Fremdkörper viel fester drückt, als mit den Fingern, daß die Haut sich verschiebt, langsam von der Fettschicht loslöst und so Falten und Runzeln nicht etwa beseitigt, sondern vielmehr erst erzeugt. Es kommt leider nicht selten vor, daß Unkundige eine Gesichtsmassage mit Rollen und andern speziell für Laien gemachten Instrumenten vornehmen und dabei mehr Schaden als Nutzen stiften.

Daß gut ausgeführte Gesichtsmassage zu ganz anderem Resultate führen muß, als all die gepriesenen Schönheitsmittel und Teintessenzen, wird jeder Mensch einsehen.

Leider aber denken die meisten Frauen erst an eine hygienische Pflege des Antlitzes, wenn mit dem Alter die absolute Notwendigkeit an sie herantritt. Oft sind dann aber die „Runen des Alters“ so tief, daß die Weiterbildung nur schwer verhindert werden kann. Auch hier heißt es: Vorbeugen ist leichter als heilen.

Nun zur Manicure. Das Wort Manicure ist vielleicht noch vielen Leserinnen des Blattes unbekannt.

Mani-cure heißt Handpflege (manus = die Hand; cura = die Pflege) nicht, wie meistens irrtümlich geschrieben wird, „Nagelpflege“. Allerdings beansprucht der Nagel in der richtig ausgeführten Manicure den größten Teil der Zeit zur Pflege, was vielleicht dazu führte, Manicure in Nagelpflege zu übersetzen.

Die Manicure, wie s. Z. auch die Zahnpflege, wurde uns von Amerika herübergebracht. Die Handpflege ist denn auch nirgends, auch im Mittelstande so eingebürgert, wie dort.

Allerdings haben sich die Pariser, die in Toilettekünsten jeder Art stets tonangebend sind, auch diese Kunst bald angeeignet. In Kennerkreisen wird mit Recht behauptet, daß die Handpflege in der französischen Hauptstadt den Höhepunkt erreicht habe; sie hat aber auch in allen zivilisierten Staaten, besonders in den Städten, in gebildeten, vornehmen Kreisen Eingang gefunden.

Immerhin gibt es namentlich noch hiezulande in besten Verhältnissen lebende

Damen und Herren, die der Manicure noch sehr wenig Verständnis und Interesse entgegenbringen.

Wenn sich auch nicht jedermann von Sachverständigen die Hand pflegen lassen kann, so sollen sie doch versuchen, ihrer Hand selbst ein möglichst gutes Aussehen zu geben. Es ist aber hie und da geradezu peinlich, zu beobachten, wie oft sogenannte bessere Leute ganz vernachlässigte Hände und Fingernägel mit sich herumtragen.

Es ist eine Aufgabe der Mütter, ihre Kinder von früher Jugend auf zur täglichen Pflege der Hände anzuhalten. Dazu gehört das Zurückschieben des untern Nagelfalzes, damit der Nagelrand frei und das Nagelmöndchen sichtbar wird, was den Nagel verlängert und zugleich verschönert, ferner das tägliche Reinigen der Nägel. Hier sollten die Eltern selbst mit gutem Beispiel vorangehen.

Wie soll eine schöne Hand beschaffen sein?

Die Hand soll länglich schmal, dabei von einer gewissen weich-elastischen Fülle sein.

Schöne Finger verjüngen sich von der Handwurzel bis zur Fingerspitze. Der Fingernagel soll lang, auf beiden Längsseiten etwas gebogen sein, Fleischlänge haben, oben schön abgerundet sein und ein gut sichtbares Möndchen besitzen. Der Nagelfalz muß vollständig frei von Häutchen und Neitnägeln und der Nagel zart rosig und glänzend sein.

Von der Mutter Natur sind verhältnismäßig wenige Menschen mit fehlerlosen, wirklich schönen Händen bedacht worden. Durch fachgemäße Behandlung aber können kleinere Fehler behoben und über andere hinweggetäuscht werden. Tüchtige Handpfleger werden es verstehen, die Nagelformen jedem Finger und jeder Hand anzupassen, was der Hand ein ganz anderes Aussehen verleihen kann. Umgekehrt kann die schönste Hand durch verständnislose Pflege und unrichtige Nagelform viel verlieren.

Sehr unvorteilhaft sind zu kurze Nägel, aber ebenso abstoßend können zu lange Fingernägel wirken. Auch hier ist die goldene Mittelstraße einzuschlagen.

Dadurch, daß der größte Teil der heute Manicure ausführenden Leute (gewöhnlich, wenn dieser Beruf nur als Nebenerwerb aufgenommen und ausgeführt wird), selbst keine fachkundigen Personen sind, schlecht und verständnislos arbeiten, ihre Kunden nicht selten erheblich verletzen, so daß deren Hände nach 2—3 Tagen wieder ebenso unschön aussehen, wie vor der Prozedur, wird mancher Dame der Handpflege überdrüssig.

Zur richtigen Ausübung dieses Berufs gehört viel Übung und Erfahrung. Darum möge man sich nur von Spezialisten behandeln lassen. Heutzutage gibt es solche ja in jeder größeren Stadt. Wer aber das Glück hat, gut bedient zu werden, wird die Handpflege bald als unentbehrlich betrachten. A. F.

Haushalt.

Angora- oder weisse Ziegenfelle zu waschen. Man macht eine feite Seifenlauge von weichem Wasser und guter weißer Seife, kocht die Brühe und läßt sie abkühlen. Dann legt man das Fell hinein, taucht und drückt es, ohne zu reiben, in die Lauge; ist dieselbe schmutzig geworden, wäscht man das Fell noch in einer zweiten und nötigenfalls auch in einer dritten Lauge, bis es ganz rein ist. Dann spült man dasselbe wiederholt in klarem Wasser aus, drückt das Wasser ohne zu wringen aus und läßt das Fell an der Luft trocknen. Angora-Felle werden besonders schön, wenn man sie dann noch mit Kartoffel- oder Weizenmehl bestreut und dasselbe kräftig mit der Hand in die Wolle reibt. Hierauf kämmt man die Haare mit einem Striegelkam behutsam aus und klopft von der linken Seite, damit das Mehl herausfliegt. Manche reinigen Felle mit erwärmtem Roggen- oder Weizenmehl trocken.

Stearinflecken aus Kleidern bügelt man heraus, man legt Löschpapier auf den Flecken, tupft mit dem heißen Eisen darauf und erneuert das Papier so oft, bis kein Fett mehr sichtbar ist. Man kann auch in Ermangelung eines heißen Glätteisens ein altes Messer im Feuer heiß machen und auf den Fleck pressen, der mit einem Fließblatt bedeckt worden ist.

Porzellan zu kitten. Man löst etwas weiße Gelatine in Essigsäure auf, bestreicht die Bruchstücke mit dieser Flüssigkeit, entfernt das Herausquillende, nachdem man die Stücke richtig aufeinander gesetzt hat, und läßt, damit der Kitt

recht fest wird, den Gegenstand vor dem Gebrauch 14 Tage stehen. Mit diesem Kitt kann man auch irdene Gefäße wieder ganz machen.

Kerbschnitt-Holz. Oft ist das Holz, das man schneiden will, zu weich und bricht darum leicht aus. Um dieses zu verhindern, tränkt man das Holz durch Ueberpinseln mit Terpentin, wodurch es kienartig wird und sich sehr gut schneiden läßt.

Unter der Marke **„Maggi's gekörnte Fleischbrühe"** bringt die stets auf Vervollkommnung der Küche bedachte Firma Maggi A.-G. in Kemptthal ein neues Fabrikat in den Handel. Diese gekörnte Fleischbrühe enthält im Gegensatz zu der Maggi-Suppenwürze, die nur aus Pflanzenextrakten hergestellt ist, wirklichen Fleischextrakt und zwar in der äußerst bequemen Form kleiner Kristalle. Sie sind in Glastöpfchen, die mit einer Blechkapsel verschlossen werden, wohl aufgehoben und wir sind sicher, daß das bräunliche Töpfchen in allen Küchen bei Hoch und Niedrig wohl bald so heimisch sein wird, wie das allbeliebte Fläschchen mit dem Glasstöpsel, das uns „ein Güßchen Maggi" zu den meisten Gerichten vermittelt. Das eine schließt das andere nicht aus. Gekörnte Fleischbrühe liefert uns in einer Minute eine kräftige, klare Bouillon, wenn wir auf einen Liter heißes Wasser zwei Theelöffel oder ca. 13 Gramm der Kristalle beifügen. Dieses Präparat darf im Gegensatz zur Suppenwürze gekocht werden, was bei Suppeneinlagen, Saucen 2c. sehr angenehm ist. Wir probierten die Neuheit zu verschiedenen Gerichten und fanden sie überall gut; angenehmer, durchaus nicht aufdringlicher Geschmack, ein ansehnlicher Nährwert und die denkbar einfachste Anwendung werden der „gekörnten Fleischbrühe" ohne weiteres Tür und Tor öffnen.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Suppe mit verlorenen Eiern, *Falscher Salm, Kartoffelstock, *Randensalat, †Orangenpudding.

Dienstag: Griessuppe, *Pichelsteinerfleisch, †Omelette soufflée, konservierte Pflaumen.

Mittwoch: Einlaufsuppe, †Wirsing, *Bratwurst mit Senfsauce, †Grahamtorte.

Donnerstag: *Käsesuppe, gedämpftes Schweinefleisch, *Zwiebelpüree, Salzkartoffeln, *gebackene Dampfnudeln.

Freitag: Brotsuppe, *geschmorter Kabeljau, †Kartoffeln in brauner Mehlsauce, geschmorte Birnen.

Samstag: Gerstensuppe, †sautiertes Kalbfleisch, konservierte Spargeln, †Reisküchlein mit Schokolade.

Sonntag: Feine Griessuppe, †gespickter Filetbraten mit Gemüse, gefüllte Kalbsbrust mit Selleriesalat, *Kartoffeltorte.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Käsesuppe. 125 Gr. gehackter guter Schweizerkäse, zum Beispiel Greierzer oder Spalenkäse, wer aber mehr solchen liebt, der Fäden zieht, nehme halbfetten Schweizerkäse, oder eine gute Sorte Magerkäse. Er wird fein gehackt, lagenweise abwechselnd mit dem Brot in eine Kasserolle gegeben, zuletzt mit etwas weißem Pfeffer bestreut. Man brüht nun die Einlage mit 3—4 Schöpflöffeln kochender Fleisch- oder Gemüsebrühe ab und stellt sie 1/4 Stunde in den Selbstkocher. Sodann gibt man noch so viel kochende Brühe nach, daß daraus eine dicke Suppe entsteht. Sie wird sogleich als sättigendes Gericht aufgetragen.

Geschmorter Kabeljau. Zeit der Bereitung 1 Stunde. Man nimmt ein Stück Kabeljau von etwa 1 Kilo, häutet es, entfernt die Gräten und teilt ihn in beliebig große Stücke. Man zerläßt 40 Gr. Butter in einem passenden Kochtopf, tut die Fischstücke hinein, bestreut sie mit einer Mischung von gewiegten Zwiebeln, Kräutern, Kapern, Salz und Pfeffer, gießt 4 Löffel kräftige Bouillon aus Liebigs Fleischextrakt darüber und schmort den Fisch gar. Man gibt zuletzt ein helles Buttermehl an die Sauce und schärft diese mit Zitronensaft.

Pichelsteinerfleisch. Zeit 1/2 Stunde. 1 bis 1 1/4 Kilo Ochsenfleisch (Filet, Nierstück, Huft oder Schwanzfeder), 6 mittelgroße Kartoffeln, 1 Sellerieswurzel, 1 Petersilienwurzel, 1—2 mittelgroße gelbe Rüben, 1 Lauchstengel, 60 Gr. Rindsmark, 2 Deziliter Fleischbrühe, Salz und Pfeffer. — Das Fleisch wird in Würfel von zirka 3 Ctm. Durchmesser geschnitten und aufeinander gelegt. Dann werden die Kartoffeln und das grüne Gemüse in möglichst feine Scheibchen geschnitten und mit dem Fleisch vermengt. In der Bratpfanne wird das Mark erhitzt, alles hineingegeben, Salz und Pfeffer beigefügt, unter öfterem Wenden auf lebhaftem Feuer angebraten und die Fleischbrühe warm zugegossen. Das Fleisch wird dann gut zugedeckt über mäßigem Feuer in 15—20 Min. weichgedämpft. Vorzugsweise für den Abendtisch ein schmackhaftes Gericht.

Falscher Salm. Fricandeau oder Filet wird gehäutet, mit einer Mischung von Salz und Salpeter (auf 50 Gr. Salz 1 Messerspitze Salpeter) eingerieben, dann mit einer trockenen Marinade von Pfeffer, Nelken, Petersilienblätter, Sellerie, Lauch und Lorbeerblatt in eine tiefe Schüssel gelegt, stark beschwert und unter mehrmaligem Wenden so 3—4 Tage mariniert. Man kocht darauf das Fleisch samt den Würzen 1 Stunde in soviel Essig und halb Wasser, daß es darüber zusammengeht (dies wird kochend aufgegossen), läßt es dann in der Kochbrühe erkalten, nimmt es beim Gebrauche heraus und begießt es mit einigen Löffeln feinem Oel. Dann schneidet man

es in schöne Tranchen und ordnet es so in die Schüssel, daß es möglichst die ursprüngliche Form erhält. Es wird mit folgender Sauce überzogen: Verwiegte Petersilie, Schnittlauch, Estragon, Salzgurken, 6—8 Sardellen werden mit Oel und Essig zu einer dicklichen Sauce angemacht. Ringsherum wird Mayonnaise mit Kopfsalat gegeben.

Aus „Hausmütterchen" von Susanna Müller.

Bratwurst mit Senfsauce. Zeit 45 Min. 4 Bratwürste, 60 Gr. Fett, 1 Kochlöffel Mehl 2 Deziliter Weißwein oder Fleischbrühe, 1 Eßlöffel Senf, 1 Prise Zucker, Zitronensaft, Salz. — Die Bratwürste werden durch warmes Wasser gezogen und vorsichtig abgetrocknet, die Hälfte des Fettes zergehen lassen (nicht heß werden) und die Bratwürste rings braun angebraten. Dann bereitet man in einer andern Pfanne folgende Sauce: In der andern Hälfte des Fettes wird das Mehl geschwitzt bis es schäumt, der Senf darunter gemischt und mit Flüssigkeit abgelöscht und den obigen Zutaten gewürzt. Man läßt die Bratwürste in der Brühe noch ein wenig ziehen, aber ja nicht kochen, wodurch sie hart würden.

Randensalat. Die Randen (rote Rüben) werden samt den unverletzten Wurzeln, daß sie nicht verbluten, rein gewaschen, dann wie Kartoffeln weich gekocht und wenn sie erkaltet sind, geschält und fein gescheibelt. Der Salat wird wie Kopfsalat mit Oelsauce angemacht, wobei mit dem Pfeffer auch etwas Kümmel beigegeben wird. — Sie können mit Kartoffeln und Sellerie vermischt werden, oder der eine Salat kann mit dem andern verziert werden.

Zwiebelpüree. 500 Gr. große, geschälte Zwiebeln werden fein geschnitten, mit reichlich Milch übers Feuer gesetzt und weichgedämpft. Man muß sie öfters schwingen, wegen dem Anbrennen. Die weichgekochten Zwiebeln werden von der übrigen Milch befreit durchs Sieb getrieben. Sie werden in eine weiße Sauce gegeben, damit aufgekocht, mit hinreichend Salz und Pfeffer gewürzt und wenn das Püree zu dick werden sollte, mit der abgegossenen Milch verdünnt. Zuletzt kommt noch ein wenig Butter und süßer Rahm dazu. Man richtet es gehäuft an und serviert es zu frisch gesottenem Ochsen- oder Hammelfleisch oder zu Braten.

Gebackene Dampfnudeln. 375 Gr. feines Mehl, 1/8 Liter laue Milch, 30 Gr. aufgelöste Preßhefe, 150 Gr. Butter, 2 ganze Eier, 4 Dotter, 120 Gr. Zucker, 1 Prise Salz. — Das Mehl wird mit der lauen Milch und der Preßhefe zu einem Hefenteig angemacht. Sobald dies gehörig aufgegangen, rührt man die Butter zu Schaum, gibt Eier, Eidotter, Zucker und Salz dazu und verarbeitet dies mit dem aufgegangenen Teig, bis sich derselbe von der Schüssel löst. Nochmals aufgehen lassen, dann eigroße Kugeln daraus formen, jede mit zerlassener Butter bestreichen, dicht nebeneinander in ein mit Butter bestrichenes Backblech setzen und wieder aufgehen lassen. Dann die Dampfnudeln oben mit zerquirltem Eigelb bestreichen und in guter Oberhitze langsam 20—25 Minuten hellbraun backen. Mit einer Vanille-, Weinschaum- oder Mandelsauce servieren.

Kartoffeltorte. Zeit 1¼ Stunden. 250 Gramm Zucker, 6 Eier, die abgeriebene Schale von ½ Zitrone, der Saft von 1 Zitrone, 100 Gr. geschälte, geriebene, süße Mandeln, 10 Gr. bittere Mandeln, 250 – 300 Gr. kalte, gesottene, geriebene Kartoffeln (mehlige Sorte). — Der Zucker, die Eigelb und die Zitronenschale werden 30 Minuten gerührt, die Mandeln, der Zitronensaft und die Kartoffeln zugefügt und zuletzt der Eierschnee leicht darunter gezogen. Die Masse in eine ausgestrichene und ausgestreute Form füllen und bei mittlerer Hitze ¾—1 Stunde backen. Die Torte kann nach dem Erkalten entweder glasiert oder nur mit Zucker bestreut werden; sie ist andern Tags besser als ganz frisch. Aus „Gritli in der Küche".

Gartenbau und Blumenzucht.

Der Standort der Kakteen sollte im Winter ein hell s, nicht zu warmes, trockenes Zimmer sein. Bei größeren Sammlungen werden die Pflanzen am besten auf eine hiefür gefertigte Treppenstellage oder auf Etagèren gestellt, in der Nähe des Fensters. Kleinere Bestände können am Fenster plaziert werden auf kleineren Etagèren und es ist sehr gut, wenn in diesen Etagèrenbrettern Löcher von verschiedener Größe vorhanden sind. Hierin stehen alsdann die Pflanzen ganz frei und bleiben die Wurzeln gut trocken.

Ein Blech, welches als Untersatz der ganzen Etagère gefertigt wird, dient dann zum Auffangen des übrig bleibenden Gießwassers. Für ganz kleine Exemplare wird man sich eines Miniatur-Gewächshauses bedienen, welches gleichzeitig eine schöne Dekoration ist. — Das Gießen muß im Winter sehr vorsichtig gehandhabt werden und dürfen die Pflanzen nur dann begossen werden, wenn sie wirklich trocken sind. Die Pflanzen selbst sollten hierbei nicht naß werden, sondern es darf nur auf die Töpfe gegossen werden.

Gerade im Winter, sofern die Pflanzen im geheizten Zimmer stehen, trocknen sie sehr aus und müssen somit regelmäßig begossen werden.

J. Mülders „Die Balkongärtnerei".

Frage-Ecke.

Antworten.

6. Ich rate Ihnen, zu Herrn Th. Schlatter hinterm Turm, St. Gallen, zu gehen; er wird Ihnen geben können, was Sie wünschen. Ich habe neulich ein Kästchen braun lackiert, und für einen **Spiegelrahmen,** denke ich, werden Sie zuerst das Gold abreiben müssen und mit dem schwarzen Lack anpinseln. Es wird gewiß schön werden. M. St.

9. **Leinöl** ist entschieden ein gutes Mittel zum Haltbarmachen der Schuhsohlen; Sie dürfen es getrost verwenden. Für das Leder des Schuhes selber soll man es aber nicht verwenden, da der unangenehme Geruch des Oels lange daran haften bleibt und empfindliche Nasen beleidigt. Für zartes Schuhleder nimmt man besser Schukcreme statt gewöhnliche Wichse. Das Schuhwerk soll, um lange zu dienen, sehr sorgfältig behandelt werden. Nach der Benützung ist solches jedesmal gründlich zu reinigen und an staubfreiem Ort aufzubewahren. Sind die Schuhe feucht, so fülle man sie mit Papier oder Hafer, stelle sie aber nicht zum Ofen oder gar ins Ofenrohr. Der Hafer saugt die Feuchtigkeit auf. Wer seine Schuhe selten gründlich reinigt, sie überhaupt nicht sorgfältig behandelt, darf sich nicht wundern, wenn sie sich nicht lange gut erhalten. E.

11. Das **„Birchermüsli"** setzt sich zusammen aus 3 ganzen Aepfeln mit Schale und Kern, dem Saft einer halben Zitrone, 1/2 Tasse, einige Stunden in kaltem Wasser eingeweichten Haferflocken, 1 Eßlöffel Bienenhonig und aus 1—2 Löffeln geriebenen Nußkernen. Die Aepfel werden geschabt mit einer Käseraspel, alle andern Zutaten darunter gemischt, nur die Nußkerne darüber gestreut. Statt Aepfel kann man alle Sorten Beeren und Früchte nehmen, auch eingeweichte dürre Zwetschgen. Abonnentin in O.

11. Das gleiche **Musrezept** ist uns von verschiedenen Seiten zugegangen. Eine Abonnentin macht darauf aufmerksam, daß sich die Reinetten und Goldparmänen zum raffeln am besten eignen. Eine andere empfiehlt, das Mus am Morgen und Abend mit drei Schnitten Diätbrot nicht zu kalt zu essen. Apfelraffeln sind bei Erpf, Haushaltungsartikelgeschäft, Sonnenquai, Zürich, erhältlich.

Die Redaktion.

11. **Granola** mit Fruchtsaft eingeweicht, ist ebenfalls eine kräftige, kalte Speise. Das Paket Granola zu 75 Cts. ist erhältlich im Institut sanitaire, Gland, Kt. Waadt. St. in Sch.

Fragen.

12. Kann ein einzelner Blumenstock, **Blattpflanze,** die mäßig begossen werden muß, den Ton eines Klaviers beeinträchtigen, wenn ersterer ganz in der Nähe, aber nicht auf demselben steht?

Hausfrau ab dem Lande.

13. Wir würden gern ein paar neue Sorten **Stangenbohnen** anschaffen. Welche sind besonders zu empfehlen? Wir lieben große, fleischige Sorten, mit nicht großen Bohnen. M. B.

14. Wir sind gegenwärtig am Ausbau eines eigenen Heims. Bezüglich der **Heizungsanlagen** und der Böden sind mein lieber Mann und ich nicht einig. Ich schwärme für Zentralheizung. Meinem Gatten wird aber von verschiedenen Seiten abgeraten und zwar von solchen, die dieselbe vom sehen und hören, nicht aber aus eigener Erfahrung kennen. Wegen Umständlichkeit des Transportes von Kohlen, muß von dieser Art Feuerung abgesehen werden. Es kann nur Holz oder Sägemehl in Betracht kommen. Ich bitte Besitzer von Zentralheizungen um ihre gefälligen Gutachten.

Aus hygienischen Gründen wünsche ich mir auch **Linoleumböden.** Mein Mann dagegen ist mehr für Tannenholz oder Pitchpine. Als Holzhändler mit eigener Sägerei zieht er natürlich auch den Kostenpunkt in Betracht. Lassen sich eventuell auch solche Böden so behandeln, daß der Staub nicht überhand nimmt und sie ein schönes Aussehen haben? Vom Blochen muß aber unbedingt abgesehen werden. Für gütige Auskunft dankt herzlich Suita.

15. Warum empfehlen die Aerzte den jungen Müttern in der Regel als **Säuglingsnahrung** Wasser und Milch, während doch erwiesen ist, daß zum Beispiel das Hafermehl als Beigabe zur Milch, so gute Dienste leistet? Ich nähre meinen Jungen, ein strammes Kerlchen, das prächtig gedeiht, ganz nach den Vorschriften der Frau Dr. Heim („Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr". Preis 15 Cts.), meine Cousine aber gehorcht dem Arzte, und ihr Sprößling, der doch gleich alt ist wie der meine, ist viel weniger gut entwickelt und ist oft unwohl. Da liegt doch auf der Hand, wo der Fehler zu suchen ist.

Eine Beobachtende.

(Eingesandt.) Wie schon früher mitgeteilt worden ist, hat der Vorstand des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins, nach vorgenommenen vergleichenden Proben mit entfeuchteten Produkten der Firma Witschi A.-G. gestattet, zu dem von ihr zum Verkauf gelangenden Kochbüchlein einen Nachtrag zu liefern, worin die Vorteile der entfeuchteten Produkte bei Verwendung an Stelle der Rohprodukte für alle Rezepte angegeben ist, wie es sich bereits bewährt hat. Dieser Nachtrag enthält nun allgemeine Regeln, bei deren Beobachtung man auch andere Kochbücher verwenden kann, wie zum Beispiel das „Gritli in der Küche", „Reformkochbuch" von Ida Spühler, das Kochbuch von Frl. Alice Bircher 2c. Eine dieser Regeln lautet: 1. Bei allen Rezepten, wo Rohmehl vorgeschrieben ist, kann man Speisemehl verwenden, und dazu die Vollmilch mit Magermilch ersetzen, von der man 1/3 mehr beigeben muß, weil das Mehl zu nämlicher Teigkonsistenz 1/3 mehr Flüssigkeit bedarf. Dafür erhält man 1/4 mehr Speisemasse von nämlich gutem Gehalt und Geschmack, ohne mehr andere Zutaten nehmen zu müssen. 2. Bei allen Eierspeisen, wo die gelbe Farbe nicht absolut nötig ist, kann die Hälfte Eier mit Trockenmilch ersetzt werden, wobei zwei Eier gleich 30 Gramm berechnet werden. Jede rechnende Hausfrau sollte nur noch mit Speisemehl kochen, denn es sind nebst diesen zwei noch eine Menge Regeln gefunden worden, bei deren Befolgung man stets 1/4—1/3 an Kosten erspart oder mehr Speisemasse erhält. Die größten Vorteile von allen entfeuchteten Produkten gegenüber Roh- und Kunstprodukten, bringen die Speisemehle, Hafermehle, Vollgrieße, Gerstendunst-, feines Grieß, Flocken und Silberflocken.