Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **15 (1908)**

Heft 18

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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 Bäckerstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 18. XV. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern | **Zürich,** 26. September 1908.

Siehst du an einem Freund sich einen Fehler zeigen,
So denk an deren zwei, die dir sind selber eigen.
Dann wird dich nicht ein dritter, der schlimmste, übereilen,
Zu richten rasch und strenge, statt mit Geduld zu heilen.
Erst wenn es dir gelungen, dich selber zu bezwingen,
Wird dir an deinem Bruder der edle Zwang gelingen.

J. Hammer.

Die Mode im Tafelschmuck.

Von F. Gebhardt.

„Persönlichkeit" heißt die Devise heutzutage; in der Kunst wie im Leben, im Hause wie in der Welt gilt das Zurschautragen des Persönlichen als die erste Bedingung, sich ein Recht auf Beachtung zu verschaffen. Wie die Kleidung, so sollen auch die Wohnräume, sollen die häuslichen Festveranstaltungen den Stempel der Persönlichkeit der Hausfrau tragen. Es sollen bei letzteren besonders nicht nur die Tafelgenüsse allein, sondern auch die Ausschmückung der Tafel Zeugnis von dem persönlichen Geschmack der Hausfrau ablegen. Wo diese letztere nun in die Lage kommt, häufiger Festlichkeiten im Hause zu geben, wird sie die Tafeldekoration zu einem Gegenstand ihres besonderen Nachdenkens machen müssen und bestrebt sein, die Richtung der herrschenden Mode mit ihren eigenen Neigungen und — last not least — ihren Mitteln in guten Einklang zu bringen. Es ist ja eine alte Erfahrung, daß auch ein einfaches Mahl an einem hübsch und gefällig gedeckten Tisch besser mundet, als ein üppiges an unwirtlich ausschauender Tafel. Was also der Tafelschmuck vielleicht an Mehraufwand von Mühe erfordert, kann getrost von dem Aufgebot der leiblichen Genüsse in Abrechnung gebracht werden.

Wie schmückt man nun eine Festtafel?

Das hängt ab von dem Charakter und Zweck des Festes, von dem Schauplatz desselben, von Jahreszeit und Tagesstunde und nicht zuletzt von dem im Haushalt vorhandenen Vorrat an Leinenzeug, Porzellan, Glas, und Eßwerkzeugen. Denn zur harmonischen Wirkung des Ganzen ist unbedingt eine gewisse Einheitlichkeit

des Stils wie der Farbe zwischen den einzelnen Stücken des Tafelgedeckes und des Tafelschmuckes erforderlich. Man kann z. B. zu einem Service mit Delfter Mustern nicht wohl Tischläufer und Servietten mit Rokoko- oder Biedermeier-Ornamenten, Gläser in venezianischem Geschmack und Bestecke in Jagdstil decken, in einem Eßzimmer vielleicht, dessen Möbel im Renaissance-Stil ausgeführt sind! Das hieße dem modernen entwickelten Kunstsinn eine empfindliche Beleidigung zufügen. Am besten kommt die Leiterin eines einfachern Haushalts deshalb fort, wenn sie über rein weißes Leinenzeug und ebensolches Porzellan, über äußerst schlichte Silberbestecke verfügt. Sie braucht dann nur die Blumen, Beleuchtungskörper, Tafel-Aufsätze &c. der Einrichtung des Eßsalons anzupassen, um den gewünschten künstlerisch-harmonischen Eindruck ihrer Festtafel zu erzielen. Will sie ein zweites Mal den Tisch anders dekorieren, so wähle sie einen Kunststil, der es gestattet, mit wenig Hilfsmitteln dem ganzen Eßzimmer ein anderes Gepräge zu verleihen; z. B. könnte für eine Tafel im japanischen Geschmack die ganze Umgebung derselben durch Anwendung von Papierschirmen, Fächern, Matten, Perlvorhängen &c. eine zweckentsprechende Veränderung bei wenig Kosten erhalten. Der „japanische Stil" ist indessen zu sehr Modesache und deshalb mit Recht bei vielen Leuten wenig beliebt.

Der beliebteste und anmutigste Schmuck einer festlichen Tafel ist und bleibt stets die lebende Blume. Künstliche Blumen — so schöne man jetzt erwerben kann — sollten nur bei ungünstiger Jahreszeit oder Ortsverhältnissen verwendet werden. Man arrangiert den Blumenschmuck sehr verschieden. Am häufigsten in der Tafelmitte; er kann dann entweder von einer großen Schale, Jardinière oder einem großen Aufsatz ausgehen, sich festonartig nach der Gaskrone — wo eine solche vorhanden — hinziehen oder auch in Ranken oder Guirlanden endend, sich über die Tafel legen. Oder er kann sich, falls kleine Stehlampen, Arm- oder Einzelleuchter verwendet werden, von einem derselben zum andern guirlandenartig um die ganze Tafel schlingen. Oft stellt man einzelne langstengelige Blüten in Kristallvasen vor jedes Gedeck oder man verstreut Einzelblüten, Zweige, Kränzchen über die ganze Fläche. Sehr schön kann auch ein jetzt sehr beliebter Mittelschmuck sein. Eine große Spiegelscheibe wird auf die Tafelmitte gelegt und rings mit einer Einfassung von Blumen umgeben. Stellt man hübsches Kristall zwischen diese Blumen, so ist das Bild eines blütenumrandeten kleinen Parkweihers noch vollständiger geworden.

Geschmackvolle Nippes werden überhaupt jetzt ebenfalls als Schmuck der Tafel mitverwendet, meist Porzellan, aber auch echte Bronzen, die besonders gut zu einem „japanischen" Tisch passen. Statt der Blumen kann man übrigens auch sehr gut zarte Gemüsepflanzen und Früchte als Tafeldekoration verwenden: Edelkohl, die Blüte des Blumenkohls, die Köpfchen des Rosenkohls, recht zarte, rote Radieschen, Petersilienzweige, Tomaten, Trauben oder auch recht feste Kirschen. Johannis- oder Erdbeeren geben einen trefflichen und wirkungsvollen Schmuck, der zum Schluß noch verzehrt werden kann!

Weiter kommen die Beleuchtungskörper in Betracht, deren Form sich dem Stil der ganzen Tafel einzufügen hat. Die Kerze erfreut sich gegenwärtig wieder häufiger Verwendung. Und in der Tat paßt Gas und elektrisches Licht doch mehr zur modernen Linie. Darum tritt die stets passende Kerze im Leuchter aus Metall, Porzellan oder Kristall in ihre Rechte von ehedem! Es sei denn, daß man seitliche Beleuchtung von den Wänden her anwenden kann, dann stört auch das erstgenannte nicht.

Von einem andern Schmuckgegenstand der Tafel, der Tischkarte, gilt im allgemeinen auch das schon Gesagte: Auch sie hat sich in Zeichnung, Farbe und Form dem Stil des Ganzen anzupassen.

Geschickte Hände werden sehr vieles für den Schmuck der Festtafel selbst herrichten können.

Die Verdauung.

(Nachdruck verboten.)

Die Nahrungsmittel, so wie wir sie genießen, sind im allgemeinen nicht in passender Form, um den Bedürfnissen des Organismus zu genügen; sie müssen vorhergehende Wandlungen erleiden, durch die sie absorbierbar und assimilierbar werden. Absorbierbar, d. h. fähig, die Wandungen des Darmes zu durchdringen, um in das Blut zu gelangen, das sie in alle Körperteile fortführt; assimilierbar, d. h. für die verschiedenen Organe verwendbar, um das Zellgewebe zu erneuern oder dem Körper die nötigen Umwandlungsstoffe zuzuführen, welche er zu seiner Wärmebildung und zu seiner Arbeit bedarf.

Der ganze Akt dieser Verwandlungen wird als die Verdauung der Speisen bezeichnet. Die bei dieser Verdauung zusammenwirkenden Kräfte sind zahlreich und verschiedener Art. Vorerst werden die Speisen durch die Zähne zermalmt und mit dem Speichel und verschiedenen andern Flüssigkeiten vermischt, die die Speisen zum Teil aufzulösen vermögen. Sie werden weiterhin durch die verschiedenen Verdauungssäfte chemisch verwandelt und zwar durch Flüssigkeiten verschiedener Zusammensetzung und Eigenart. Diese Säfte werden durch spezielle Organe abgesondert, mit welchen der Verdauungskanal im Innern versehen ist.

Unter dem Einfluß dieser Kräfte werden die verschiedenen Bestandteile der Speisen, d. h. Zucker, Stärkemehl und Eiweiß, sowie Fett, einerseits in Glykosen, Peptone und deren Ableitungen und andererseits in emulisierte Fette verwandelt, alles Substanzen, die assimilierbar und absorbierbar sind.

Das sorgfältige Studium dieser Erscheinungen, dem sich die Physiologen und Ärzte unterzogen haben, ergab, daß beim Menschen die verschiedenen Verdauungssäfte nicht ununterbrochen in die Höhle des Verdauungskanals abgesondert werden. Ihre intermittierende Produktion stimmt vielmehr mit dem Zeitpunkt der Verdauung überein und ihre Zusammensetzung entspricht den Verdauungsbedürfnissen des Augenblickes.

Unter dem Einfluß der in die Mundhöhle eintretenden Speisen bildet sich der Speichel in reichlichem Maß. Während des Kauens mengt er sich den Speisen bei und dient so zur Bildung des Nahrungsbreies, welcher verschluckt und in den Magen geführt wird.

Vor der Mahlzeit und — insofern die vorhergehende Nahrung einige Stunden früher genossen wurde — ist der Magen leer, er enthält keinen Magensaft. In dem Augenblick aber, wo die Nahrungsmittel in den Magen gelangen, fangen die in unzähliger Menge in seiner Wandung enthaltenen Drüsen an, Magensaft zu sekretieren.

Der erste Vorgang bei dieser Saftproduktion ist sehr bemerkenswert. Die beim Kauen dem Geschmack angenehmen Speisen regen die mit dem Magen in Verbindung stehenden Nervenbahnen und damit die Tätigkeit der Magendrüsen und den Ausfluß des Magensaftes an.

Die Natur selbst aber scheint ein so großes Gewicht auf eine gastrische Verdauung gelegt zu haben, daß sie den Organismus mit einer zweiten, höchst wichtigen Einrichtung ausrüstete, welche die Absonderung des gastrischen Magensaftes bewirkt. Gewisse Substanzen, die wir genießen — wir sagen einige, nicht alle — können eine Erzeugung des Magensaftes hervorrufen durch den Reiz, den sie auf die Magennerven selbst ausüben.

Diese zweite Sekretion kann die erstere ergänzen in Fällen, wo diese nicht mit aller Intensität und nicht in normaler Weise vor sich ging; sie wird durch eine vollkommene gastrische Verdauung ersetzt.

Es kann vorkommen, — und der Fall ist sehr häufig — daß die vorgenannten beiden Funktionen oder nur eine derselben mehr oder weniger fehlerhaft wirken, mit andern Worten, daß der Magensaft nicht mehr in genügender Qualität und Quantität erzeugt wird, um eine genügende

Verdauung der Speisen im Magen zu sichern, so daß der Organismus in seiner Ernährung unter dieser Verdauungsstörung leidet. Die Physiologen und Ärzte haben nun gefunden, daß man gewöhnlich dieser Mangelhaftigkeit in der Verdauungstätigkeit des Organismus abhelfen kann durch den Genuß gewisser ausgewählter Nahrungsmittel, ohne genötigt zu sein, zu eigentlichen Medikamenten zu greifen. Dr. Pawlow stellte fest, daß die Einführung von Fleischextrakt oder von Bouillon, aus Fleischextrakt hergestellt, oder von andern Nahrungsmitteln, denen Fleischextrakt beigefügt wurde, eine ziemlich starke Sekretion des Magensaftes bewirkt. Die Professoren Schiff und Dr. Herzen stellten fest, daß die Einführung von Bouillon, von gewissen Kohlehydraten oder von Speisen mit gewissen Kohlehydraten eine Sekretion des Magensaftes erzeugen, welcher eine die Verdauung energisch fördernde Fähigkeit zukommt.

Prof. Dr. Herzen endlich stellte fest, daß die Zugabe von Fleischextrakt und gewissen Kohlehydraten, sofern es in richtiger Komposition geschieht, eine reichliche Sekretion erzeugt, welche die Verdauung in hohem Maß fördert.

Durch die Anwendung dieser Substanzen kann dem Organismus nachgeholfen werden in Fällen, wo seine natürlichen Funktionen der ihnen gestellten Aufgabe nicht genügen, wie dies die Erfahrung gezeigt hat.

Die Verdauung geht nicht nur im Magen vor sich; die Physiologen haben vielmehr nachgewiesen, daß der Magen, wenn er auch eine gewisse Rolle in der Verdauung spielt, diese doch nur beginnt. Beendet wird aber die Verdauung in der ersten Partie des Darmes und zwar unter dem Einfluß von zwei Säften: dem Pankreas-Saft, der in der Pankreasdrüse gebildet wird, und dem Darmsaft, welcher in unzähligen Drüsen der Darmwandung entsteht.

Weiter wurde festgestellt, daß, wenn auch diese Säfte die gastrische Verdauung vervollständigen, sie doch nur dann genügend sekretiert werden, wenn die gastrische Verdauung unter guten Bedingungen vor sich ging.

Der Magensaft ist sauer; wenn die Speisemasse im Magen einen gewissen Säuregehalt erreicht hat, so wird die Türe, die den Magen mit dem Darm verbindet, der Pylorus, für einige Minuten geöffnet, um einen kleinen Teil des gastrischen Inhaltes in den Darm hineinzulassen. Dieser Mageninhalt ist sauer und veranlaßt deshalb, sowie mit Hilfe besonderer Einrichtungen des Organismus die Produktion des Pankreassaftes, des Darmsaftes und den Ausfluß der Galle, als des hauptsächlichsten Faktors der Verdauung in den Gedärmen. Wenn dagegen der Mageninhalt nicht genügende Säure aufweist, bleiben die Speisen zu lange im Magen und können dort anormale Verwandlungen erleiden. Treten sie dann in diesem Zustande in den Darm ein, so erzeugen sie eine Sekretion von Verdauungssäften, die in Quantität und Qualität ganz ungenügend ist; die ganze Verdauung wird so gestört und die Ernährung vereitelt.

So wie hier ohne wissenschaftlichen Detail beschrieben ist, gestaltet sich der dem Publikum gewöhnlich nicht bekannte Vorgang der Verdauung im menschlichen Körper.

Die unzähligen Tatsachen, die durch die Ärzte und Physiologen in den letzten zehn Jahren beobachtet und untersucht worden sind, rechtfertigen und erklären die alte, populäre Vorstellung von der Wichtigkeit der gastrischen Verdauung, sowohl was diese selbst anbetrifft, als auch hinsichtlich der Ernährung. Sie zeigen uns, — und es ist dies gewiß ein großer Fortschritt — wie man auf den Magen einwirken kann durch die Anwendung von Dr. Herzen's Fleischextrakt, die Verdauung fördernd, und Dr. Herzen's Fleischextrakt, Pepsin erzeugend, dieser stärker in seiner Wirkung, um ihn in seiner Tätigkeit zu unterstützen oder anzuregen, wenn er seiner, ihm durch die Bedürfnisse des Organismus auferlegten Aufgabe nicht völlig gewachsen sein sollte.

Dr. med. S.

Zur Obsternte.

Aus „Gartenbuch für Anfänger".

Beim Herbst- und Winterobst zeigt es in der Regel jede Sorte an, wann sie gepflückt sein will: sie läßt einzelne Früchte fallen. Sobald das vorkommt, wird gepflückt; das ist die beste Regel für den, der die Sorten nicht kennt. Vom 1.—5. Oktober kommen, mit Ausnahme einzelner Sorten, sämtliche Birnen, die sich noch am Baume befinden, herunter und in das Winterquartier. Vom 5. Okt. ab kommen die Äpfel daran, erst die Herbstäpfel, später, etwa vom 10. Oktober ab, die Winteräpfel; die spätesten Sorten zuletzt, weil sie sich immer noch etwas besser ausbilden am Baum.

Jede Frucht muß den unverletzten Stiel behalten. Die Ansatzstelle, an der sie vom Zweig oder Fruchtkuchen getrennt werden muß, ist leicht zu erkennen. Wer genau auf die Entwickelung der Früchte achtet und sich Notizen macht, wird bald für jede Sorte den Zeitpunkt des Pflückens kennen lernen; ein zuverlässiger Kalendertag kann nicht angegeben werden, weil die Entwickelung in jedem Jahre, in jeder Lage eine andere ist.

Gepflückt wird alles Dauerobst, auch alles Obst, welches verschickt werden soll, nur wenn es trocken ist.

Schütteln dürfen wir nur gelegentlich einmal Pflaumen, Äpfel und Birnen zum sofortigen Genuß, wenn die Bäume niedrig sind und der Boden unter den Bäumen locker ist. Ist der Boden fest und hart oder sind die Bäume hoch, so werden die herunterfallenden Früchte so zerschlagen, daß sie selbst zum sofortigen Gebrauch verlieren. Auf jeden Fall ist das Schütteln eine so mangelhafte Art der Ernte, daß wir dieses Verfahren auf das denkbarste einschränken.

Gutes Obst wird nur mit der Hand gepflückt. Darum sind die Zwerg-Obstbäume so praktisch; die Früchte daran lassen sich vom Boden aus ruhig und sicher pflücken. Für etwas größere Bäume, für die höheren Äste der Zwergbäume dient eine Gartenbank mit breiten Füßen, für noch etwas höhere ein Pflückegestell, dann die Leiter, und zwar ist die Doppelleiter die einzig richtige.

Nun hängen aber fast immer einige Früchte so weit weg, daß sie von den besten Leitern aus mit der Hand nicht zu erreichen sind. Hierbei wird ausnahmsweise ein Obstpflücker zu Hülfe genommen; das ist ein Gerät, das auf einer langen Stange befestigt ist, so daß man damit vom Boden oder von der Leiter aus jede Frucht erreicht. Der Pflücker, ein Sack, der die Früchte aufnimmt und ein hakenähnlicher Kranz ringsum, der sie losreißt vom Zweig, hat sich überall bewährt. Alle Pflücker, die zum Ziehen und Schneiden eingerichtet sind, verwickeln sich leicht mit der Schnur in den Zweigen, arbeiten überhaupt zu langsam, weil man den Stiel der Frucht nicht leicht faßt. Am praktischsten ist für einzelne große Früchte der Fingerpflücker. Will man auf die Leiter steigen und pflücken, so muß man einen Sack oder Korb mitnehmen.

In den Pflückesack, einen gewöhnlichen sauberen Sack, der zusammengebunden und umgehängt wird, kommt nur gewöhnliches Obst. Auch dieses wird vorsichtig hineingelegt, nicht geworfen. Edles Tafelobst wird nur in einen Korb gepflückt, der mit Holzwolle ausgepolstert ist; jede Frucht wird einzeln vorsichtig eingelegt.

Wie das Obst für den Versandt verpackt wird, wurde in der letzten Nummer erwähnt. Auf die Aufbewahrung des Obstes für den Winter werden wir in einer spätern Nummer zu sprechen kommen.

J. Böttner.

Haushalt.

Die verschiedenen Zuckerarten. 1. Rohrzucker. Er wird in den heißen Zonen aus dem Zuckerrohr hergestellt und ist der teuerste, aber zugleich auch beste.

2. Rübenzucker. Er wird in den gemäßigten Zonen in ungeheuren Mengen aus Zuckerrübe bereitet. Der beste und dem Rohrzucker am Werte nahe ist der Kristallzucker, dann der Brot- oder Hutzucker; geringer, auch oft durch Mehl oder Gips gefälscht ist der Mehlzucker.

3. Traubenzucker. Er wird aus Kartoffeln in großen Mengen gewonnen und zum Fälschen von Rohr- und Rübenzucker viel verwandt.

4. Milchzucker. Er wird, nachdem Fett und Eiweiß der Milch zu Butter und Käse verarbeitet worden, aus dem Zuckergehalte der Molke gewonnen.

5. Sirup. Er ist der Rest der Fruchtsäfte vom Rohr- und Rübenzucker, der beim Verdampfen nicht fest wird. Der gute Sirup stammt vom Zuckerrohr, der geringere von Rüben- und Kartoffelzucker.

6. Honig. Er ist der beste Zucker, der ohne weitere Umänderung sofort ins Blut übergeht. Der vorzüglichste ist der helle oder Schleuderhonig; geringwertiger ist der braune Preß- oder Schmelzhonig.

7. Saccharin. Er wird aus Steinkohlenteer gewonnen, ist dreihundertmal süßer als der Pflanzenzucker, aber geht unverdaut aus dem Menschen wieder ab. Ihn benutzen Zuckerkranke zum Süßen der Speisen.

Beim Einkauf größerer Mengen mache man die Wasserprobe. Der Zucker, der sich ohne Niederschläge auflöst, ist rein; der, welcher Niederschläge hinterläßt, ist gefälscht. Er saugt, wie alle mehligen und körnigen Stoffe, gern Feuchtigkeit und Staub in sich. Darum wird er in gut verschlossenem Gefäß und an trockenem Orte aufbewahrt.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Suppe aus saurem Rahm, †Falscher Hase, geschmorte Gurken.

Dienstag: Gerstensuppe, gebackene Schweinsfüße, *Kürbismus, Birnenküchlein.

Mittwoch: Grüne Suppe, weißes Kalbsragout, †Pilzkoteletten, †Weinbergschnecken auf neue Art, †Traubenkompott.

Donnerstag: Weiße Mehlsuppe, Schafschlegel, gedämpfter Kohl, *süße Pastetchen.

Freitag: Einlaufsuppe, †Tauben à la crapaudine, *Maccaroni auf genuesische Art, Pflaumenkompott.

Samstag: Erbsensuppe, *Schweinskoteletten mit Aepfeln, †Schweizerpudding.

Sonntag: *Gurkensuppe mit *Reisklößchen, *Seezunge au gratin, Roastbeef mit †glasierten Zwiebeln, Pommes de terre frites, †Lauchsalat, *feiner Apfelkuchen.

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

Kochrezepte.

Gurkensuppe mit Reisklösschen. 1½ Kilo Gurken, 1 Liter Wasser, 20 Gr. Mehl, 60 Gr. Fett, Salz, Reisklößchen. — Die geschälten Gurken werden in Stücke geschnitten, mit Wasser und Salz eine halbe Stunde gekocht und durch ein Sieb getrieben. Das Mehl wird im Fett braun geröstet und mit der Suppe aufgekocht. Dann werden die Reisklößchen eingelegt, welche noch 10 Minuten brauchen, um gar zu werden.

Reisklösschen. 100 Gr. Reis, 3 Deziliter Wasser, 1—2 Eier, 20 Gr. Butter, Salz. — Wenn Wasser, Butter und Salz kochen, so rührt man den gewaschenen Reis hinein und läßt ihn zugedeckt gar werden, was etwa 40 Minuten dauert. Dann nimmt man den steifen Brei vom Feuer, läßt ihn gut auskühlen und mischt dann das zerquirlte Ei gut hinein. In einer Tasse mit etwas Mehl werden von diesem Teig Klößchen geformt und in die kochende Suppe gegeben.

Seezunge au gratin. Der gehörig gesäuberte recht frische Fisch wird auf eine längliche, etwas vertiefte, mit frischer Butter bestrichene und mit gehackten Champignons, Schalotten, Petersilie, Salz und Pfeffer bestreute Schüssel gelegt. Oben darauf wird er ebenfalls mit Pfeffer, Salz und fines herbes, sowie mit einer dichten Schicht von geriebenem Weißbrot bedeckt und mit Butterstückchen belegt, worauf man ein Glas Weißwein, einen Theelöffel voll Sardellen-Essenz und einen Löffel Champignon-Essenz zugießt, das Gratin eine halbe Stunde oder etwas länger bei guter Oberhitze bäckt und sofort aufgibt.

Schweinskoteletten mit Äpfeln. Schön zurechtgeschnittene, vom größten Teile ihres Fettes befreite Schweinskoteletten werden geklopft, mit dem Messer rund geformt und mit Salz und weißem Pfeffer bestreut. In einer Pfanne werden sie mit heißer Butter auf beiden Seiten gebräunt und mit etwas hinzugegossener kräftiger Fleischbrühe unter häufigem Begießen ganz kurz eingeschmort, so daß sie wie glasiert aussehen. Währenddem dünstet man 10—12 geschälte, vom Kernhaus befreite Reinetten oder Borsdorfer Aepfel mit ein wenig Butter, Zucker, Zitronensaft und Weißwein in einem Kasserol weich, richtet sie hierauf erhöht auf einer Schüssel an und garniert sie mit den Koteletten.

Sauce-Béarnaise. Zeit ½ St. 6 Schalottenzwiebeln, 2 Deziliter Essig, 4 Eigelb, 100 Gr. Butter, 2½ Deziliter Fleischbrühe, Zitronensaft. — Diese feinste aller Saucen erfordert eine sorgfältige Zubereitung. Die feingeschnittenen Schalotten werden mit dem Essig in einem kleinen Pfännchen aufs Feuer gebracht und auf die Hälfte der Flüssigkeit eingekocht. Inzwischen werden die übrigen Zutaten in einem andern Pfännchen gut untereinandergemengt und der etwas erkaltete durchgeseihte Essig dazu gegossen. Dann bringt man die Sauce auf ein kleines Feuer und läßt sie unter beständigem Schlagen mit dem kleinen Schneebesen vors Kochen kommen, oder man bringt die Sauce in ein größeres Gefäß mit kaltem Wasser, und kocht sie so im bain-marie bis das Wasser kocht und zieht dann das Gefäß vom Feuer zurück, ohne mit Rühren aufzuhören. Die Sauce muß dicklich sein und sofort serviert werden. Aus „Gritli in der Küche".

Maccaroni auf genuesische Art. 250 Gr. Maccaroni werden langsam 20 Minuten in Salz-

wasser weichgekocht, auf ein Sieb geschüttet, nach völligem Abtropfen mit 1 Liter Fleischbrühe in das Kasserol zurückgetan und gedämpft, bis alle Brühe in dieselben eingedrungen ist. Hierauf vermischt man einen reichlichen Kaffeelöffel voll Senfpulver mit 30 Gr. Butter, tut dies, sowie 125 Gr. geriebenen Parmesankäse, 1 Messerspitze gestoßenen weißen Pfeffer und halb so viel Cayennepfeffer unter die Nudeln, schichtet sie auf eine Schüssel, überstreut sie mit Käse, legt dünne Butterscheibchen oben darauf und bäckt sie 10—15 Minuten, so daß sie gelb werden.

Kürbismus. 1½ Kilo Kürbis, 3 Deziliter Wasser, 100 Gr. Mehl, 100 Gr. Fett, ½ Zwiebel, 50 Gr. Käse, Salz. — Der geschälte, in Stücke geschnittene Kürbis wird mit dem Wasser und Salz zugedeckt ½ Stunde gekocht und durch ein Sieb getrieben. Das Mehl und die feingeschnittene Zwiebel werden im Fett gedünstet, das Mus dazu gegeben und nochmals ¼ Stunde gekocht. Vor dem Anrichten gibt man den fein geriebenen Käse hinein.

Süsse Pastetchen. 3 Eier, 50 Gr. Mehl, 50 Gr. Zucker, Backfett. — Zucker und Eier werden gut verrührt, das Mehl nach und nach dazu gegeben und zu einem glatten Teiglein geschlagen. Das becherförmige Pastetcheneisen wird mit dem Backfett aufs Feuer gebracht und in demselben heiß gemacht. Dann läßt man das Fett abtropfen, steckt das Eisen bis nahezu an den Rand in den Teig und bringt es ins heiße Backfett, wo das Pastetchen schnell gelb gebacken ist und leicht vom Eisen abgenommen werden kann. Diese Pastetchen können mit folgendem Schaum gefüllt werden:

Marmeladen-Schaum (für 25 Pastetchen): 4 Eiweiß, 4 Löffel feste Marmelade, 2 Löffel gestoßener Zucker. Das Eiweiß wird zu festem Schnee geschlagen, dann nach und nach Zucker und beliebige feste Marmelade dazu gerührt. Das Schlagen dieses Schaumes braucht etwa 20 Min. Er wird in die Pastetchen gefüllt und nach Belieben noch mit feingeschnittenen, in wenig Butter und Zucker gerösteten Mandeln überstreut. — Eine andere Füllung ist: Steifer Schlagrahm vermischt mit Marmelade.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Feiner Apfelkuchen. 1 Kilo saure Aepfel (Reinetten, Calviller), 125 Gr. geschälte Mandeln, 60 Gr. Rosinen, 30 Gr. Stoßbrot, 120 Gramm Zucker, 1 Prise Zimt, ½ geriebene Zitronenschale, 1 Eßlöffel Kirschwasser, 2 Deziliter Wein. — Das Backblech wird mit geriebenem oder Blätterteig belegt. Den kochenden Wein gießt man über die gewaschenen Rosinen und stellt sie ½ Stunde zugedeckt an die Wärme, wo sie aufquellen. Dann werden die Zutaten in einer Schüssel gut durcheinander gemischt, auf den Teig gefüllt und die Apfelschnitzchen schön darauf geordnet. Der Kuchen ist in heißem Ofen zu backen. Nach der ersten Viertelstunde und nach dem Backen Zucker darauf streuen. Aus „Gritli in der Küche".

Eingemachte Früchte.

Ganze Zwetschgen in Zucker. 1 Kilo Zwetschgen, 1 Kilo Zucker, ½ Liter Fruchtsaft, alkoholfreier Wein, Most oder Zitronensaft. — Schöne tadellose Zwetschgen werden gewaschen, mit einem spitzen Hölzchen durchstochen und in Gläser gelegt. Der Zucker wird mit dem Saft unter stetigem Rühren gekocht und erkaltet über die Zwetschgen gegossen. Man läßt sie zugedeckt bis am andern Tag stehen. Dann wird der Saft abgeseiht, wieder eingekocht und warm über die Zwetschgen gegossen. Am dritten Tag kocht man die Zwetschgen mit dem Saft 1 Minute, fischt sie dann heraus und legt sie in die Gläser. Wenn der Saft dicklich eingekocht ist, wird er über die Zwetschgen gegossen; die Gläser werden erst nach dem Erkalten verbunden.

Für Kranke kann statt Zucker Bienenhonig verwendet werden.

Hagebuttenmark. 1 Kilo Hagebutten, 1 Liter Wasser, Zucker so schwer wie Mark. — Die gewaschenen, von Butzen und Stiel befreiten Hagebutten werden, ohne sie zu zerschneiden, mit dem Wasser 1 Stunde verkocht. Man zerdrückt sie schon im Topf, so gut es geht und treibt sie dann durch ein Drahtsieb, welches so fein sein muß, daß nicht nur Haut und Körnchen, sondern auch die Härchen zurückbleiben. Das Durchgetriebene wird abgewogen und mit gleichschwer Zucker 1 Stunde auf lebhaftem Feuer unter öfterem Rühren offen gekocht.

Gurkenmarmelade. 1 Kilo Gurken, ½ L. Wasser, 1 Kilo Zucker, 1 Zitrone. — Die geschälten, in Stückchen geschnittenen Gurken werden mit dem Wasser ½ Stunde gekocht, durch ein Sieb getrieben, so daß die Kernchen zurückbleiben, und mit Zucker und Zitronensaft wieder aufs Feuer gebracht. Man kann auch das Abgeriebene der Zitronenschale dazu geben. Die Marmelade wird noch ½ Stunde gekocht.

Soya (Champignonextrakt). 2 Kilo Champignon (oder andere eßbare Pilze), 1 Eßlöffel Salz, 1 Lorbeerblatt, 2 Zwiebeln, 4 Nelken, ¼ Zitronenschale. — Die sauber gewaschenen Pilze werden klein geschnitten und mit Salz überstreut zugedeckt auf ganz schwaches Feuer gestellt. Man kocht sie in ihrem eigenen Saft 5 Minuten und schüttet sie zum Abtropfen in ein Tuch. Der ablaufende Saft wird mit den Gewürzen und noch einem Eßlöffel Salz wieder 5 Minuten gekocht, abgeseiht, zum dritten Mal aufgekocht und in kleine Fläschchen gefüllt. Man verkorkt und taucht die Flaschenhälse in flüssigen Lack.

Soya ist als Zugabe in Saucen, Suppen, Kartoffeln und Mischgemüsen ausgezeichnet. Die im Tuch zurückbleibenden Pilze können mit in Butter gebratener Zwiebel gedämpft werden und geben immer noch ein schmackhaftes Gericht.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Gesundheitspflege.

Viel trägt zur gesunden **Entwickelung der Zähne** die Nahrung bei. Es ist oft gesagt worden, daß grobes Schwarzbrot, besonders Roggenbrot das beste Zahnerhaltungsmittel ist, das es gibt; es reinigt nicht nur direkt den Mund, sondern wirkt auch insofern günstig, als es eine kräftige Kau-Tätigkeit erfordert. Wer an den Zähnen leidet, sollte daher das klebrige Weißbrot von seinem Tisch verbannen und nur derbes Roggenbrot genießen. Am wichtigsten ist die richtige Zusammensetzung der Nahrung für die Zähne natürlich im Kindesalter, aber auch im späteren Leben bleibt sie von Bedeutung. Daß allzu heiße und allzu kalte Speisen und Getränke die Zähne angreifen, ist bekannt.

Krankenpflege.

Durch **Verschlucken von Fremdkörpern** und großen Bissen kann Erstickung eintreten. Man halte dem Verunglückten die Nase zu, greife dreist mit Zeige- und Mittelfinger über die Zunge hin in den Rachen, um das Verschluckte herauszuziehen. Gelingt dies nicht, so treten doch Brechbewegungen und Hustenstöße ein, die manchmal den Bissen aus dem Schlund oder den Fremdkörper aus der Luftröhre schleudern.

Frage-Ecke.

Antworten.

95. Vielleicht nennt Ihnen Ihr Konditor das Geheimnis der Zubereitung von Früchten zur **Tortengarnierung.** Jedenfalls muß jede Frucht einzeln für sich in starker Zuckerlösung so lange gekocht werden, bis sie (z. B. Rhabarber) durchsichtig erscheint. Ich würde jede Frucht auch gesondert aufbewahren in der Zuckerlösung, in der sie gekocht worden ist. Hausfrau.

96. Sollte Ihnen wirklich noch nicht bekannt sein, daß man den **Früchten,** die man sterilisieren will, einen dünnen Zuckersirup beifügt? Sie täten gut, die Monatsschrift „Die Frischhaltung", Verlag Weck, Oeflingen (Baden) zu abonnieren, in der ein reger Austausch von Beobachtungen und Erfahrungen unter den „Frischhalterinnen" stattfindet. Das Blatt kostet 3 Mark pro Jahr. Hausfrau.

96. Allen Hausfrauen, die gerne eine kleine billige Anleitung zum **Einmachen von Früchten** auf verschiedene Arten ihrer Bibliothek einverleiben wollen, möchte ich raten, „Die Herstellung von Konserven" von Julie Grüter und Ida Siegrist-Schneider, à 40 Cts., zu kaufen. Die Broschüre ist durch den Verlag J. K. Wyß in Bern zu beziehen. Ihnen, werte Fragestellerin, wird sie auch Antwort auf Ihre Fragen geben. Hulda.

97. Mir scheint, einen halben Taglohn — Fr. 1.50—1.80 — sollte man für das Reinigen zweier Räume, die ein **Zahnarzt** benutzt, beanspruchen dürfen, ohne das Essen. Sie müssen wohl sehr gründlich gereinigt, die Böden mit Stahlspänen aufgerieben und gewichst werden. In einem halben Tag sollte aber diese Arbeit vollendet sein. Hausmütterchen.

98. Ich nehme an, Sie werden die aufgewaschenen **Böden** vor dem Oelen nicht völlig trocknen gelassen haben, daher wurden sie schwarz. Hanna.

99. Es gibt verschiedene **Begonia-Arten,** deren Behandlung sich wegen des beschränkten Raumes der „Frageecke" nicht in allen Details beschreiben läßt. Ich stelle Ihnen aber gerne mein Gartenbuch, „Die Balkongärtnerei" von J. Mülders, für kurze Zeit zur Verfügung, dem Sie dann alles nötige entnehmen können. Lena.

Fragen.

100. Ich habe wiederholt vom **Patent-Apparat** „Jehle" und Patent-Kochtopf „Tip-Top" gelesen. Kann mir jemand an dieser Stelle aus eigener Erfahrung nähere Mitteilung über Anschaffung, Bedienung und Vorteile dieser Haushaltungsapparate machen? Abonnent.

101. Wie sollen die getrockneten **Schwämme** behandelt werden vor ihrer Verwendung in der Küche? C. R.

102. Wie bereitet man die kalten langen **Pasteten?** Ich meine hauptsächlich die Pastetenhülle. Welchen Teig nimmt man dazu? Gibt man den Teig auch in eine Form zum backen? Für gütige Auskunft dankt bestens. H.

103. Welche Frau, die Gelegenheit hatte, verschiedene **Drahtschwinger** zu benutzen, kann mir sagen, welche Sorte die beste ist zum schlagen von Eiweiß und einrühren von Mehl — Drahtbesen, Spindelschwinger oder diejenigen der Firma Witschi? —ch.—

104. Wie kann man **Gurken** konservieren? J. Z.

Grolichs Heublumenseife enthält die heilkräftigsten Stoffe von Wald- u. Wiesenblumen. Preis 65 Cts. Ueberall käuflich.