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

Band: 19 (1912)

Heft: 4

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: 11.07.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion:
E. Coradi-Stahl
und
Lina Schläfli
Zürich.

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

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

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

№ 4. XIX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | Zürich, 17. Februar 1912.

Es sei dir allzeit rechter Ernst,
Was du auch tust, treibst, sinnst und lernst,
Die Halbheit taugt in keinem Stück
Und tritt noch hinters Nichts zurück.

Etwas zur Dienstbotenfrage.

Von E. T.

(Nachdruck verboten.)

Es gibt in den letzten Jahren für die Hausfrauen der besser situierten Stände wohl keine Frage die brennender wäre, als die Dienstbotenfrage. Von allen Seiten hört man rufen: „Es gibt keine rechten Mägde mehr, wie in der guten alten Zeit; es ist ein Elend, daß niemand mehr dienen will.“

Woher kommt das? Dieser Übelstand, der tatsächlich besteht, muß seinen Ursprung haben. Die Hausarbeit selbst ist es gewiß nicht, die viele Mädchen vom Dienen zurückhält, denn diese entspricht ja im großen Ganzen den Fähigkeiten und Wünschen der weiblichen Natur. Es ist etwas anderes, das da bestimmend mitwirkt: der tiefere Grund liegt nach meinen Erfahrungen in der Behandlung, die leider sehr viele Hausfrauen ihren Dienstboten angedeihen lassen, trotz der mancherlei Bemühungen, die in neuerer Zeit von edeldenkenden Frauen in Wort und Schrift gemacht werden, um die Verhältnisse zu verbessern. Eine humanere Behandlung der Dienstboten tut not!

Human? So werden viele Frauen empört ausrufen. Ist denn der Humanität nicht Genüge geleistet, wenn wir unsere Hausmädchen in schönen Zimmern wohnen, in guten Betten schlafen lassen? Genießen sie nicht eben dadurch, daß sie in unserm Haus sind, die gleiche gute Nahrung und ungezählte andere Vorzüge, die den Frauen der bessern Stände zukommen. Und endlich: Beziehen sie nicht ihren oft unerhört hohen Lohn, ihre Geschenke und Trinkgelder? — Und da darf man noch von Mangel an Humanitätsgefühl reden!

Es muß unbedingt zugegeben werden, daß in all den erwähnten Punkten ein Fortschritt gegenüber frühern Zeiten zu verzeichnen, daß im allgemeinen die äußere Lage der Dienstboten wirklich besser geworden ist. Doch in den meisten Fällen nur die äußere Lage! Und diese hat mit ihrer eigentlichen persönlichen Behandlung

nichts oder doch nur wenig zu tun. — Im Mittelstande mag oft das Verhältnis zwischen der Herrschaft und den Dienenden noch erträglich sein, weil der soziale Unterschied nicht so groß ist. Wer aber schon Gelegenheit hatte, in einige Familien der obern Stände zu blicken, der weiß, daß dort die Hausangestellten oft nicht als Menschen, als ebenbürtige Genossen, betrachtet und behandelt werden, sondern als untergeordnete Wesen, als eine Art Arbeitsmaschinen. Da gibt es einen besondern Dienstboteneingang, eine Dienstbotentreppe, eine Dienstbotenglocke, zerbrochenes Geschirr, häßliches Besteck wird nicht selten als gut genug für die Küche befunden. Die Hausfrau kennt von ihrem Dienstmädchen meistens nichts als den Namen, das Alter und den Geburtsort; die Zeugnisse natürlich hat sie einer genauen Einsicht unterworfen. Aber in welchen Verhältnissen es aufgewachsen ist, was seine Eltern und Geschwister treiben oder gar, welches seine eigenen, täglichen Freuden und Leiden ausmachen — das kümmert sie wenig. Sie ist zufrieden, wenn sie sich so wenig als möglich ärgern muß, wenn die Arbeit exakt und gut ausgeführt wird, und ihre Untergebenen ihr gegenüber immer ein höfliches Benehmen, ein anständiges, möglichst ruhiges Betragen beobachten.

Und doch, wie dankbar wäre oft ein Mädchen, das der Zufall hineingeschneit hat in dein Haus, in die kalte Fremde, in die ganz neue Umgebung, in die vielleicht ungewohnte Arbeit, — wie dankbar wäre es für ein freundliches, teilnehmendes Wort, für eine fröhliche Aufmunterung, eine kleine Anerkennung. Stelle dir doch vor: den ganzen Tag, von morgens 1/27 Uhr bis abends 9 Uhr arbeitet solch ein Wesen — vielleicht sinds ihrer auch mehrere — in deinem Haushalt. Es richet alle seine Aufmerksamkeit auf eine Arbeit, die nicht ihm, sondern dir zugute kommt. Es ist nie für sich, immer für andere da. Es hat tagsüber keine Zeit für seine eigenen kleinen Bedürfnisse; löst sich ein Knopf los, zerreißt es sein Kleid, kann es nicht hinsitzen und den Knopf annähen, das Kleid flicken, wie du; es muß seine kleinen Flickereien auf den Feierabend versparen. Gewöhnlich aber ist es abends spät zu müde dazu; es kann seinen Schlaf nicht ohne Gesundheitsschädigung abkürzen, denn am andern Morgen früh beginnt sein Arbeitskreislauf von neuem. So geht es fort durch Tage, Wochen, Monate. Nicht nur erntet es keine Anerkennung für seine Arbeit, sondern sie wird ihm oft durch dein kleinliches Nörgeln, dein nervöses Tadeln so erschwert, daß sie ihm zur drückenden Last wird und alle Zuversicht und Freude von ihm weicht. Dies tritt sicher ein, wenn dein Mädchen zu den feiner veranlagten Menschen gehört.

Ist es unter diesen Umständen ein Wunder, daß die Dienstboten, wenn sie in einem freien Augenblick zusammenkommen, nichts besseres zu tun wissen, als über ihre Herrschaft zu schimpfen? Ist dies nicht vielmehr eine Naturnotwendigkeit? Irgendwo müssen sie ihren unterdrückten und empörten Gefühlen doch Luft machen.

Du solltest einmal hören, liebe Hausfrau, wie dein Zimmermädchen, deine Köchin, die dir immer so untertänig und höflich begegnen, hinter deinem Rücken all deine Schwächen, deine schlechten Eigenschaften aufdecken, wie gute Psychologen sie oft sind. Ein schöner Charakterzug ist es gewiß nicht; doch tust du nicht dasselbe deinen Freundinnen gegenüber? Du solltest sie einmal hören in ihren derben Aussprüchen von dir reden, und du würdest dich fragen: „Woher kommt das? Bin ich wirklich so schlimm?“ Nähmest du dir dann die Mühe, genauer über das Gehörte nachzudenken, dann würdest du unter all dem Übertriebenen und Entstellten doch einen Kern von Wahrheit finden.

Sieh, ein bißchen Liebe würde so vieles ändern, ein wenig Anerkennung so vieles verbessern. Mit Geld allein kannst du die völlige Hingabe deines Mädchens an dein Hauswesen nicht bezahlen, mit Geld keine Liebe und keine Achtung in sein Herz säen. Denn was kannst du dafür,

daß du Geld hast und dein Mädchen keines? Liegt dir etwas an einem beidseitigen guten Auskommen, so frage es doch einmal nach seiner Heimat, nach dem Befinden seiner Eltern oder nach seinem eigenen Ergehen, rede mit ihm über allerlei Dinge, die nicht direkt zur Hausarbeit gehören, sprich es aus, wenn seine Leistungen dich befriedigen und sieh, wie viel freudiger es seine Pflicht tun wird. Nicht nur ein bitteres: „Ich muß wohl," wird es dazu antreiben, sondern ein freudiges: „Ich will, denn meine Arbeit wird geschätzt."

(Schluß folgt.)

Selbstkocher und Kochkisten.

(Nachdruck verboten.)

Es ist unbegreiflich, daß der Selbstkocher, der doch so viele Vorteile bietet, immer noch nicht allgemeine Verbreitung und Verwendung findet. So lange man nur den allerdings im Preise etwas hochstehenden, aus Metall fabrizierten Selbstkocher kannte, mochte manchem Hausvater die Ausgabe für dieses neue Küchengerät zu groß sein, obwohl ihm von Seite seiner sparsamen Gattin vorgerechnet wurde, wie viel Gas oder sonstiges Feuerungsmaterial damit in kurzer Zeit zu ersparen sei. Nun ist aber durch die Kochkiste längst ein Ersatz gefunden, der in jeder Küche seinen Platz finden sollte. Das Prinzip ist bei beiden das gleiche. Es beruht auf dem Garwerden der Speisen ohne weitere Feuerung als die zum Vorkochen notwendige, was je nach der Art der Nahrungsmittel 5—30 Minuten Zeit erfordert.

In der Schweiz ist der von Susanna Müller erfundene Selbstkocher in vielen Küchen daheim und möchte wohl von keiner seiner Besitzerinnen wieder entbehrt werden, besonders seit die dazu passenden Kochtöpfe aus dem praktischen Aluminium hergestellt werden. Er hat den Vorzug vor der Kochkiste, daß er die Töpfe nicht nebeneinander, sondern übereinander aufnimmt und daher weniger Platz beansprucht und auch leichter zu transportieren ist. Ein Haupterfordernis ist es, daß die Speisen stark kochend und möglichst rasch in den Selbstkocher oder in die Kochkiste kommen. Durch sofortige Abschließung der Außenluft wird die Wärme im Apparat mehrere Stunden erhalten. Die eingeschlossene Dampfhitze bewirkt das Garwerden der Speisen genau so gut wie ein fortgesetztes Feuern; es liegt daher auf der Hand, welch große Ersparnis an Brennmaterial zu erzielen ist. Ein weiterer Vorteil ist der, daß ein Überkochen oder Anbrennen der Speisen im Kocher ausgeschlossen ist. Außerdem werden die Gerichte im Selbstkocher schmackhafter, weil die aromatischen Bestandteile in den Speisen verbleiben, während sie sich beim Kochen durch den ausströmenden Dampf verflüchtigen.

Eine Kochkiste kann man sich mit wenig Auslagen auf folgende Weise herstellen: Eine gewöhnliche Holzkiste wird inwendig mit Zeitungspapier oder Tapetenresten ausgeklebt. Dann macht man zwei Kissen in der Größe des Bodens und zwei in der Größe der Seitenwände. Die Kissen werden mit Heu, Holzwolle, Seegras, Papierschnitzeln oder ähnlichen schlechten Wärmeleitern gefüllt und mit einem waschbaren Überzug versehen, der leicht abnehmbar ist. Will man die Kiste benutzen, so belegt man den Boden und die beiden Seiten mit je einem Kissen, stellt nach Bedarf einen oder mehrere Töpfe mit den angekochten Speisen hinein, deckt das vierte Kissen darüber und schließt den Deckel fest zu. Die Töpfe müssen zu gleicher Zeit eingesetzt werden und der Inhalt muß stark kochend sein. Diese Kiste ist aus dem Grunde besonders praktisch, weil Kochtöpfe von beliebiger Art und Größe eingesetzt werden können. Sind die Töpfe rußig, so empfielt es sich, über das Bodenkissen Zeitungspapier zu legen.

Eine andere Art Kochkiste fertigt man folgendermaßen an. Die Holzkiste wird mit dem oben genannten Füllmaterial so fest als nur möglich ausgestopft. Man läßt nur eine oder zwei Öffnungen für die Koch-

töpfe frei. Für diese Kiste sind besondere Töpfe ohne abstehende Henkel und mit festschließendem Deckel notwendig. In die Kiste mit zwei Öffnungen kann man zwei, drei bis vier Töpfe plazieren, indem man in eine Öffnung zwei flache Töpfe übereinanderstellt. Die Hauptsache ist ein sehr festes Stopfen und gutes Hineinpassen der Töpfe. Das Ganze bekleidet man mit irgend einem dunkeln Stoff. Ein Kissen in der Größe des Kistendeckels bedeckt die mit dem kochenden Inhalt schnell eingesetzten Kochtöpfe, dann wird der Deckel rasch fest zugeschlossen. Es ist zu empfehlen, die Kiste auf beiden Seiten mit Griffen zu versehen.

Ein besonders in Deutschland viel benutzter Selbstkocher ist das „Heinzelmännchen". Im Gegensatz zum gewöhnlichen Selbstkocher, der sich nur zum Garkochen der Speisen eignet, kann im Heinzelmännchen auch gebraten und gebacken werden. Die Wärmehaltung wird nämlich noch dadurch erhöht, daß gleichzeitig mit den angekochten Speisen eine erhitzte Chamotteplatte unter den Topf gelegt wird. Zum Braten benutzt man zwei erhitzte Platten, von denen die eine unter, die andere auf den Topf gelegt wird. Will man Kuchen backen, so werden ebenfalls zwei Steine erhitzt; der eine kommt auf den Boden des Apparates, auf diesen wird die Form mit dem Kuchenteig gebracht. Der zweite Stein ruht auf einem besonders dafür eingerichteten Gestell. Auf diese Weise wird der Kuchen zwischen den beiden heißen Steinen von „Heinzelmännchen" fertig gebacken, ohne weiteres Hinzutun der Hausfrau.

Es wäre sehr zu wünschen, daß auch die schweizerischen Selbstkocherfabrikanten diese Neuerung einführten. H.

Willst du verzagen,
So sage dirs doch in allen Tagen,
Wie schnell noch jedes Morgen
In Gestern umgeschlagen.

O. Sutermeister.

Etwas über die Vanille.

(Nachdruck verboten.)

Die Vanille darf mit Recht die Königin der Gewürze genannt werden, denn mit ihrem köstlichen Aroma hat diese unscheinbare Schote sich alle Länder erobert, wo gekocht und gebacken wird. Sie ist die Frucht einer strauchartigen, vermöge von Luftwurzeln klimmenden Pflanzengattung aus der Familie der Orchideen. Dieses Gewächs stammt aus dem östlichen Mexiko, in dessen feuchtwarmen Wäldern er wild an den Bäumen emporrankt. Die Pflanze hat einen grünen, fleischigen Stamm, häutige Blätter und große in Doldentrauben stehende gelbgraue Blüten, die sonderbarerweise völlig geruchlos sind. Die Früchte sind dreikantig, bis zu 13 Centimeter breit und verschmälern sich nach beiden Enden hin. Ihre Länge beträgt 15—25 Centimeter. Durch die Kultur, die mit dem wachsenden Bedarfe zunimmt, gewinnt die Schote an Aroma. Sie wird gezüchtet in den Küstenstrichen von Veracruz, auch an der Westseite der Kordilleren in Oajaca, Jabasco, Vacatan, ferner auf den Inseln Java, Reunion und Mauritius.

Die Kultur soll nicht schwierig sein. Der eigenartige Bau der Blüte schließt eine Selbstbefruchtung aus. In Mexiko geschieht die Übertragung der Pollenmasse durch ein Insekt. Es ist nun aber längst erwiesen, daß auch jede andere Übertragung zur Befruchtung genügt. Infolge dessen ist die Züchtung der Vanille überall, sogar in europäischen Gewächshäusern ermöglicht worden. Die Frucht des Vanillestrauches wird am meisten geschätzt, wenn sie lang und fleischig, braunschwarz, nicht aufgesprungen, stark aromatisch und mit feinen kristallinischen Nadeln bedeckt ist. Die noch nicht völlig ausgereiften Früchte werden durch Erwärmen in wollenen Decken getrocknet. Die meiste Vanille kommt über Frankreich in den Handel und fast die Hälfte der dort eingeführten, wird auch dort konsumiert.

Früher diente das Gewürz Arzneizwecken, jetzt wird es mehr in Schoko-

lade- und Liqueurfabriken, in Konditoreien, in Hotel- und Privatküchen verwandt. Es darf nicht unerwähnt bleiben, daß Vanille nicht von jedermann vertragen wird. Bei einzelnen Personen ruft der Genuß eine Art Nesselfieber hervor, wie dies auch Erdbeeren und Krebse verursachen können. Man hüte sich daher vor übermäßigem Genuß mit Vanille gewürzter Gerichte. Die Vanille dem Thee als Würze beizufügen, ist verwerflich, weil dadurch das feine Aroma des Thees verdorben wird. Da Vanille leicht von ihrem Wohlgeruch abgibt, ist es nötig, sie in fest verschließenden Büchsen oder Gläsern aufzubewahren. Wenn man den Behälter, in dem die Vanille verwahrt wird, mit fein gestoßenem Zucker füllt, kann dieser nach kurzer Zeit als vollkommen genügendes Aroma den in Frage kommenden Speisen beigefügt werden. Die Zuckerfüllung kann mehrmals wiederholt werden. Einmal benutzte aufgeschnittene Vanille kann, getrocknet, wieder in gestoßenen Zucker gelegt und nochmals verwandt werden.

Der hohe Preis der natürlichen Vanille hat zur Folge gehabt, daß ein künstliches Produkt, das Vanillin, hergestellt wird. Dieses besteht ebenso, wie das natürliche, aus kleinen, weißen, meist sternchenförmig gruppierten Nadeln und besitzt starken Vanillegeruch. Dieses künstliche Vanillin ersetzt die ächte Vanille gut und ist bequem im Gebrauche, da es bereits mit Zucker vermischt in den Handel kommt. Es wird auch von Personen, die die natürliche Vanille nicht vertragen können, ohne lästige Folgen genossen. Ferner sind kleine Vanille-Tabletten im Handel, die den Speisen zugesetzt werden können; auch Vanille-Essenz, ebenfalls aus natürlicher Vanille hergestellt, ist angenehm im Gebrauch. -e-

Ungeduldigen Toren
Geht Segen aller Art verloren.
Manch ein köstlicher Tropfen fällt
Ins Pfännlein, das ein Geduldiger hält.
J. Trojan.

Haushalt.

Gefüllte Wärmeflaschen dürfen nicht in die Ofenröhre gesetzt werden, ohne die Schraube davon zu entfernen. Versäumt man dies, so kann eine Dampfexplosion entstehen und nicht nur großen Schrecken, sondern auch großes Unheil verursachen; es ist schon vorgekommen, daß durch eine derartige Explosion der Ofen auseinander gesprengt wurde.

Wärmeflaschen aus Zinn bekommen leicht Beulen. Um diese zu beseitigen, gibt es ein einfaches Mittel. Man fülle die Bettflasche mit Erbsen, gieße Wasser darauf und stelle sie an einen warmen Ort. Durch das Aufquellen der Erbsen werden die Beulen wieder glatt getrieben. Man muß aber die Wärmeflasche zur rechten Zeit öffnen, sonst könnte sie platzen.

Entfernung des unangenehmen Geruches an Eßbestecken. Nach dem Genusse von geräucherten, besonders aber von gesalzenen Fischen haftet den Eßbestecken ein unangenehmer Geruch an. Dieser ist leicht zu entfernen, wenn man die Messer und Gabeln mit einem Brei von Lauge mit Asche abreibt.

Der unangenehme Geruch, der den Messern nach dem Schneiden von Zwiebeln anhaftet, kann durch Abreiben mit trockenem Salz beseitigt werden.

Tintenflecke aus wollenen Stoffen zu entfernen. Man reibt den Fleck mit Weingeist oder wäscht ihn mit Milch aus.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: *Suppe m. Grießklößchen, Schweinsbraten, *Gedörrte Bohnen, *Feigenkompott.

Dienstag: †Lauchsuppe, Omeletten mit Kalbsherz, Gemischter Gemüsesalat, *Gebrühte Kugeln.

Mittwoch: Gerstensuppe, †Bœuf à la mode, †Bohnen mit Sauce, †Mohr im Hemd.

Donnerstag: Maissuppe, †Fleischkügelchen, Gedämpfter Kohl, Kartoffelsalat.

Freitag: Brotsuppe, Wienerschnitzel, *Maisbrei, Saure Pflaumen.

Samstag: Einlaufsuppe, †Seezungen-Ersatz mit †Eiersauce, Makkaroni, †Natronküchlein oder †Fastnachtküchlein.

Sonntag: Erbsensuppe, *Fischbouletten, *Kalbs-Fricandeau, Spinat, Bratkartoffeln, *Quarktorte.

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.

Suppe mit Grießklößchen von rohem Grieß. 60 Gr. Butter rührt man zu Schaum, tut 2 Eier, 60 Gr. sehr feines Grieß, etwas Salz und Muskatnuß dazu, läßt die Masse wenigstens zwei Stunden oder noch besser über Nacht im Kühlen stehen und macht dann runde, nußgroße Klößchen davon, die man eine knappe Viertelstunde in Bouillon oder Salzwasser siedet, und sofort mit der Suppe aufgibt. Bei längerem Stehen zerfallen sie leicht.

Fisch-Bouletten. Das aus Haut und Gräten gelöste Fleisch von mehreren kleinen Fischen wird fein gehackt, mit zwei bis drei Eiern, einem halben Kaffeelöffel voll Salz, zwei geriebenen Semmeln, 60 Gr. zerlassener Butter, einer Messerspitze voll Pfeffer und nach Belieben einigen gehackten Sardellen, Zitronenschale oder Zwiebel gut vermischt, zu runden plattgedrückten Klößen geformt, die man in Butter hellbraun bäckt und zu Sauerkraut und andern Gemüsen gibt.

Fricandeau (Kalbsnuß). Zeit 1 Stunde. 1 Kilo Kalbsnuß, 50 Gr. Spickspeck, 20 Gr. Butter, Bratengemüse, 1/2 Liter Milch, 1 Kochlöffel Mehl, Fleischextrakt, Salz, Pfeffer, nach Belieben Tomaten, Champignons oder Trüffeln. Das geklopfte und gespickte Fleischstück wird mit dem Bratengemüse im Ofen oder in der Pfanne mit etwas Wasser gelb angebraten. Dann gießt man langsam in verschiedenen Malen die Milch zu und dünstet zugedeckt weich. 15 Minuten vor der Mahlzeit wird das Fleisch herausgenommen, das Mehl mit der Butter zerknetet und mit dem Fleischextrakt unter die Sauce gebracht und dicklich eingekocht. Champignons oder Trüffeln verfeinern die Sauce.

Aus „Gritli in der Küche".

Gedörrte Bohnen. 150 Gr. Bohnen, 2 Deziliter Wasser oder Fleischbrühe, Fett, Salz. Die Bohnen werden über Nacht in lauwarmem weichen Wasser aufgequellt. Anderntags gibt man sie in reichlich Fett, streut das nötige Salz dazu und fügt Wasser oder Fleischbrühe bei. In 1—1 1/2 Stunden werden sie auf nicht zu starkem Feuer weichgekocht. Wer es liebt, kann ein Teiglein von 1/2 Kaffeelöffel Mehl und Milch vor dem Anrichten beifügen und noch kurz einkochen. Sind die Bohnen mit Fleischbrühe zubereitet worden, lasse man das Mehl weg. Es kann nach Belieben ein Stück Schweinefleisch mitgekocht werden.

Feigenkompott von getrockneten Feigen. 125 Gr. Zucker werden in 1/2 Liter kaltem Wasser aufgelöst, dem man noch mit etwas auf Zucker abgeriebener Zitronen- oder Organgenschale einen würzigen Geschmack verleiht. Dann legt man 500 Gr. der schönsten Smyrnaer Tafelfeigen hinein, setzt sie über ein schwaches Feuer und erhitzt sie nur allmählich bis zum leisen Kochen, damit sie gehörig aufquellen. Man läßt sie so sachte 1 1/2—2 Stunden fortkochen, bis sie weich genug sind, fügt 1—2 Gläser Wein (alkoholfreier eignet sich auch gut dazu) und ein wenig Zitronensaft bei und läßt das vorzüglich schmeckende Kompott völlig auskühlen, bevor man es zu Tisch gibt.

Maisbrei für 4—5 Personen. 1 Liter Salzwasser ist kochend zu machen, dann wird 1 große Tasse — nicht zu grober — Mais hineingerührt und zusammen auf schwachem Feuer ziemlich dick gekocht. Mit 1—2 Tassen Milch wird die Masse verdünnt und langsam wieder zur richtigen Dicke gekocht (ungefähr wie Grießbrei). Man macht nun ein wenig Fett heiß, rührt es in den Brei und richtet diesen auf einer großen Platte an. Nach Belieben mit Zucker bestreuen! J.

Gebrühte Kugeln. Für 6 Personen. 4 Deziliter Wasser, 60 Gr. süße Butter, 250 Gr. Mehl, 7 Eier, 60 Gr. Zucker, etwas Salz, nach Belieben 1/2 Zitronenschale oder einige Tropfen Zitronenöl. Man koche Wasser und Butter nebst Zucker, Salz und Zitronenschale, rühre auf schwachem Feuer das Mehl hinein, verarbeite den Teig tüchtig, bis er sich von der Pfanne löst und ganz glatt ist, richte ihn in eine Schüssel an, und rühre nach und nach die Eier hinzu. Dann steche man von diesem Teig kaffeelöffelweise ab, backe ihn in nicht zu heißer Butter langsam, indem man die Kugeln mit der Schaumkelle immer wieder mit heißem Fett begießt. Man darf nicht zu viel mit einander backen, da sie sehr aufgehen und sich beständig drehen sollen. Man lasse sie gut abtropfen, und bestreue sie mit Zucker. Wenn die Butter, worin gebacken wird, zu heiß und das Feuer zu stark ist, gehen sie nicht auf und bleiben inwendig teigig.

„Basler Kochschule".

Zieger-Torte, Heidelberger. Man rollt einen 2 Cm. dicken Tortenboden aus Mürbteig aus, und bestreicht den Boden mit Ei. Dann verrührt man 1 Ko. ausgepreßten (Quark) Zieger mit sechs Eidottern, einer Prise Salz, 250 Gr. Zucker, an dem man die Schale einer Zitrone abgerieben hat, ein wenig gestoßenem Zimt und einem Löffel Rosenwasser eine halbe Stunde lang, setzt 250 Gr. gutgereinigte Korinthen und den Schnee der sechs Eiweiße dazu, füllt die Mischung in die Torte, bestreut sie mit Zucker und überpinselt den Rand mit Ei. Man bäckt die Torte bei mäßiger Hitze 3/4 Stunden lang.

Fastnachts-Küchlein, süddeutsche. 6 Eidotter, 30 Gr. gestoßener Zucker, 4 Eßlöffel voll dicker saurer Rahm, 2 Eßlöffel Hefe, 4 Löffel Rosenwasser werden gut zusammen

verrührt und dann mit soviel feinem Mehl vermischt, daß ein solider Teig entsteht. Dieser wird tüchtig mit dem Kochlöffel bearbeitet, worauf man ihn zu zwei fingerstarken runden Kuchen ausrollt, die man übereinanderlegt und nochmals auftreibt, bis eine fingerdicke Platte daraus entstanden ist. Aus dieser schneidet man mit dem Kuchenrädchen schräg viereckige Stücke aus, die man auf ein gebuttertes Blech legt und zugedeckt an einer warmen Stelle aufgehen läßt. Nachdem dies geschehen, bestreicht man sie mit zerquirltem Ei, schiebt das Blech in die Ofenröhre, bäckt sie bei mäßiger Hitze langsam hellbraun und bestreut sie mit Zucker.

Gesundheitspflege.

Tanzvergnügen und Hygiene.

Das Tanzen an sich ist ein Sport, ein anregendes Bewegungsmittel gleich dem Schlittschuhlaufen, dem Radfahren, Rudern oder den so äußerst nützlichen Bewegungsspielen im Sommer, nur muß dieser Sport unter gesundheitsgemäßen Bedingungen ausgeübt werden. In einem Raum, in dem getanzt wird, muß daher vor allem die Luft von guter Qualität sein, was durch tadellose Ventilation erreicht werden kann. Wie ist aber oft die Luft in den Ballsälen beschaffen? Eine unerträgliche Hitze überfällt zumeist den von draußen aus der frischen Luft Eintretenden; dazu gesellen sich Staub und atmosphärische Dünste, die den Speisen und Getränken, Gasflammen etc. entstammen. Von den Tanzenden wird dies in der Aufregung allerdings selten bemerkt; der passive Zuschauer empfindet es dafür umso mehr. — Die Tanzenden sollten sich auch nicht zu sehr anstrengen, sondern sich von Zeit zu Zeit Ruhe gönnen. Ferner sollten auch die Tänzerinnen hie und da einen erfrischenden Trunk zu sich nehmen — die Tänzer braucht man nicht hierauf aufmerksam zu machen! Man genieße in den Zwischenpausen kühlende Getränke, wie Limonade, Zitronenwasser, Sodawasser in kleinen Schlücken und nicht zu kalt. Der Körper verlangt für die durch den Schweiß abgegebene Flüssigkeit naturgemäß wieder Ersatz. Befolgt man diese gesundheitlichen Regeln, so ist das Tanzen in einem gut ventilierten Saal ein Sport, der besonders auf Leute, die eine sitzende Beschäftigung haben, einen günstigen Einfluß ausübt. Durch die körperliche Bewegung wird die Blutzirkulation gefördert, die Lungen müssen sich durch das tiefe Atmen ausdehnen und die fröhliche Gemütsstimmung trägt auch ihr Gutes dazu bei. Für gesunde Personen ist also das Tanzen bei richtiger Beachtung der hygienischen Vorschriften durchaus nicht schädlich. Kränklichen oder schwächlichen Personen kann jedoch das Tanzvergnügen verhängnisvoll werden, besonders wenn sie die einfachsten Gesundheitsregeln unbeachtet lassen. Dieses geschieht zum Beispiel häufig beim Verlassen des Ballokals, wenn man sich in erhitztem Zustande in die Garderobe und in die kalte Nachtluft hinaus begibt. Bevor man das Tanzlokal verläßt, sollte man sich stets noch eine Zeit lang hinsetzen, um sich etwas abzukühlen. Für den Nachhauseweg, sei es zu Fuß oder per Wagen, hülle man sich gut ein.

Als **Schlafmittel** kann heißes Wasser mit Erfolg angewandt werden, indem man sich mit einem darin getauchten Badeschwamm das Wasser vom Genick aus einigemale über den Rücken laufen läßt. Wo eine Duschevorrichtung vorhanden ist, kann man sich dieser in gleicher Weise bedienen. Diese Prozedur zieht das Blut vom Gehirn ab und beruhigt die Nerven.

Ein Glas heißes Wasser in kleinen Schlücken vor dem Zubettegehen und morgens nüchtern in gleicher Weise getrunken, ist ein gutes Abführmittel.

Krankenpflege.

Bei Durchfällen und Erbrechen ist möglichst wenig Wasser darzureichen. Ist der Magen und Darm in dieser Art empfindlich, so lösche man den Durst lieber durch kleine Eisstückchen, welche eine kühlende Wirkung haben, ohne den Magen zu überfüllen. Zu Eisstückchen für Kranke sollte man, wenn es irgend möglich ist, kein Natureis benützen; wissen wir doch aus der Lebensweise der meisten Krankheitserreger, daß sie durch das Gefrieren an Ansteckungskraft nichts verlieren, und so begreifen wir, wie leicht es möglich ist, daß in dem aus Flüssen und Sümpfen gewonnenen Eis leicht solche Krankheitserreger enthalten sein können. Man verschaffe sich daher womöglich aus einwandsfreiem Trinkwasser künstlich hergestelltes Eis.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Die **Akazie** ist im Zimmer leicht zu ziehen und bildet mit ihren gefiederten Blättern und den hellgrünen, wie Federbüsche aussehenden Blütenständen einen schönen Schmuck des Blumentisches. Am geeignetsten sind Acacia lophanta und Acacia lophanta speciosa. Heideerde mit Lauberde vermischt sagt der Akazie am besten zu. Ihr Platz sei am Fenster; im Sommer stelle man sie wenn möglich ins Freie (halbschattig). Die Pflanze verlangt ziemlich viel Feuchtigkeit und mäßige Wärme.

Tierzucht.

Vertilgung des Ungeziefers bei Geflügel. Ein sicher wirkendes Mittel zur Vertreibung des Ungeziefers bei Geflügel ist gebrannter ungelöschter Kalk. Er wird in pulverisiertem Zustande auf den Boden des Geflügelstalles oder des Taubenschlages, sowie auch auf die Sitz- oder Flugbretter gestreut. Auch ein mäßiges Einstreuen in die Nester ist zu empfehlen. Schon nach wenigen Tagen kann man die Wahrnehmung machen, daß das Geflügel durch dieses Mittel von seiner Plage befreit wurde. Um das Auftreten von Ungeziefer beim Geflügel überhaupt zu verhindern, bestreue man von Zeit zu Zeit deren Behausungen mit Kalkstaub. Hand in Hand mit diesem Vorbeugungsmittel muß eine sorgfältigere Reinhaltung der Geflügelstallungen gehen, als sie in der Regel praktiziert wird. Werden die Stallungen rein gehalten und gibt man den Hühnern Gelegenheit, sich im trockenen Sande ihrer unliebsamen Gäste zu entledigen, so werden keine besonderen Maßnahmen erforderlich sein.

Frage-Ecke.

Antworten.

9. Über die Behandlung der **Calla** habe ich folgendes gelesen: Man hält die Pflanze bis nach der Blütezeit, die im Winter oder Frühjahr eintritt, sehr feucht. Am besten gedeiht sie, wenn man täglich in den Untersatz warmes Wasser gießt. Nachdem die Pflanze verblüht hat, ist sie trockener zu halten, bis zum August sehr trocken. Dann ist sie in frische, recht fette, mit etwas Kuhdünger versetzte Erde zu verpflanzen. In der ersten Zeit nach dem Umpflanzen bedarf die Calla weniger Wasser als später. Blumenfreundin.

10. Ich lasse Ihnen auf Ihre Anfrage eine Beschreibung des „Ökonoms" zugehen. Ich kann Ihnen diesen **Selbstkocher** mit Rost (Heizring) in jeder Beziehung aufs beste empfehlen. Ich glaube sagen zu dürfen, er übertreffe alle bis jetzt dagewesenen Systeme.
Frau K.-B.

12. Ein ganz vorzüglicher **Petrolkocher** ist der „Petrolgaskocher Juwel" (18 Fr.) mit Herd „Hartit" (12 Fr.), worauf bequem für 4 bis 6 Personen gekocht werden kann bei wöchentlich 3—4 Liter Petrolverbrauch. Bezug von A. Tannert, Basel, Gempenstraße 11.
Eine Hausfrau.

Fragen.

13. Wie kann man größere **Petrolflecken** aus einem hellen, tannenen Boden entfernen? Und wie aus einem grauen „Plättliboden"? Für gütigen Rat dankt bestens
Abonnentin in R.

14. Wie erhält man sein **Schuhwerk** lange gut? Meine Stiefel werden so stark brüchig und hart von dem vielen Wichsen. Eingefettete Schuhe sehen aber nicht gut aus. Wer weiß Rat? Bureaufräulein.

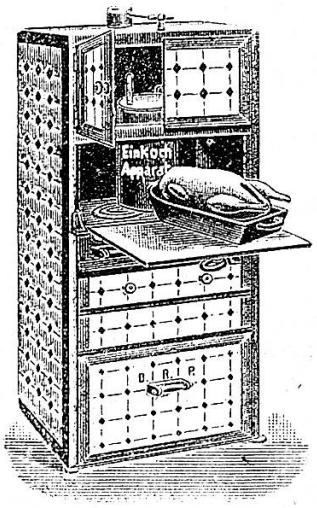
15. Wer im Haushalte arbeitet und genötigt ist, sich tagsüber öfters die Hände zu waschen, bekommt leicht rauhe, spröde Haut, was mir namentlich auch bei Handarbeiten immer ein unangenehmes Gefühl verursacht. Wer nennt mir eine wirklich gute, wenn auch etwas teure **Toilettefeife**, deren Gebrauch speziell diesem Übelstande vorbeugt und rascht abhilft? —m—

16. Ich besitze ein Rezept zu Sauerkraut mit Schinken, welches in einer Form im Ofen gebacken werden muß. Kann man zu diesem Zwecke auch eine **Blechform** verwenden, oder ist eine solche in diesem Falle (wegen der Säure des Krautes) gesundheitsschädlich? Zum voraus bestens dankend Th.

17. Mit was kann man durch **Regen** fleckig gewordene gelbe Schuhe wieder schön machen? Schuhcrême will nicht helfen. Besten Dank. E. Sch.

Neu! Neu!

Grude-Herde



Tag und Nacht brennend. Materialverbrauch 16 bis 18 Cts. für 24 Stunden. Kein Anbrennen, kein Ueberkochen, kein Speisengeruch. Ständig heisses Wasser zur Verfügung. Einfacher, sauberer und billiger als jede andere Feuerung. Fleisch und Gemüse viel saftiger und wohlschmeckender, als auf Gas oder Kohlenfeuer.

Verkaufsstellen werden nachgewiesen durch

Ernst Walcker & Cie.
Haushaltungsgeräte en gros
50 Limmatstrasse 50
Zürich III.

Wer in Boden-, Möbel- u. Linoleumwichse nebst andern vorteilhaften Eigenschaften, Güte und grosse Ausgiebigheit (also sehr billige gute Wichse) wünscht, bezieht diese nur von **A. Stierli**, Tellstrasse Nr. 58 I. l., **Zürich III.**