Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung,

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

Gartenbau und Tierzucht

Band: 19 (1912)

Heft: 22

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



Schweizerische Blätter für Haushaltung, Rüche, Gefundheitss, Rinders und Krankens pflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Expedition, Drud und Verlag von W. Coradis Maag, Zürich III.

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

No. 22. XIX. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Aummern.

Bürich, 16. November 1912.

Arbeitsam willst du sein, doch nicht Erholung missen, Und beides möchtest du recht auszugleichen wissen; Laß dir empfehlen, was andere mir empfohlen: Von einer Arbeit dient die andere zum erholen Rückert.

کل

Sehet zu, dass nichts umkomme.

Nachdrud verboten.

Diese Mahnung barf nicht zulett von ber Hausfrau beherzigt werben, benn ihre Aufgabe ift es, bas vom Manne Erworbene jum großen Teil für bie Bedürfniffe bes haushaltes in richtiger Weise zu verwenden und nichts unnötig auszugeben. Und wenn sie auch beim Erwerb mithilft ober gar in ber Lage ift, allein für ben Lebensunterhalt aufzukommen, so soll fie boch stets dieses Mahnspruchs eingebenk bleiben. Man tann biesen Rat befolgen, ohne knauserig zu sein. Die Bausfrau soll fich dieser Aufgabe bewußt und ihr auch gewachsen sein, oder wo sie es noch nicht ist, sich alle Mühe geben, bieses Ziel zu erreichen. Nichts ift mehr bazu geeignet, den Mann zu verstimmen und Unfrieden ins haus zu bringen, als wenn bas in oft mühevoller Arbeit Erworbene gedankenlos verschleubert wird.

Wie hat es nun die Hausfrau anzufangen, um biefer Forberung gerecht zu werben? Da ist in erster Linie in ber Ruche zu beginnen. Der Speiseschrant ift täglich einer genauen Durchsicht zu unterziehen. Jeder kleinste Rest soll wieder verwertet werben. Darin wird auch von den Dienstmädchen gesündigt, indem fie nur zu leicht geneigt find, Speiseresten fortzuwerfen, in ber Meinung, fie feien bes Aufhebens nicht wert. Ich erinnere mich da an eines meiner Dienstmädchen, bas mich für knauserig hielt, wenn ich bie Wieberverwendung ber kleinsten Speiserefte berlangte; später jeboch, als fie ben eigenen Saushalt führte, bantte fie mir, baß ich fie bas Sparen gelehrt hatte. Abriggebliebene Rartoffeln 3. B. tann man für Suppe, Kroketten ober zu Bratkartoffeln verwenden. Reften von allen grünen Gemüsen sind zu Suppen verwendbar. wenn man fie nicht im bain-marie wieber aufwärmen will. Fleischreften tonnen entweber kalt genossen ober als Hasché &c. ober als Salat zubereitet werden. Mehl= und Milchspeisen werden je nach ihrer

Beschaffenheit mit einem Ei vermengt ober barin gewandt und in Fett gebraten. Eine Zugabe von geriebenem Rase ist für gesalzene Mehlspeisen sehr zu empsehlen.

Auch für die Erhaltung der Rüchenund Hausgeräte sei die Hausfrau stets besorgt. Jeder kleinste Schaden werde sofort ausgebessert, damit nicht der Gegenstand bald unbrauchdar und eine Neuanschaffung notwendig werde. Oft ist ein Möbelstück durch eine Aufsrischung wieder für viele Jahre in Stand zu stellen und gar oft kann dies sogar ohne fremde Hülfe bewerkstelligt werden; die Freude daran ist dann um so größer.

Und nun zum Schluß zu der Kleidung und Wafche. Sier heißt es nochmals recht eindringlich "Sehet zu, daß nichts umkomme." Um die Rleider vor Fleden und Rissen zu bewahren, trage man bei ber Sausarbeit eine Wirtschaftsschürze. Ist jeboch ein Unheil geschehen, so gehe man bem Schaden sofort zu Leibe. Aber Fledenreinigung ift icon viel geschrieben worden. Oft genügt ein einfaches Reiben und Ausbürften, ober etwas Waffer, um Rleden zu entfernen. Ebenso tann ein Rig burch sofortiges Stopfen geheilt werden, bevor ber Schaben größer geworben ift. Altere Aleider können oft mit wenig Rosten ums geänbert und wieber brauchbar gemacht Aus einem alten Anzug ber werben. Mutter läßt fich ein Rleid für bas Töchterden herstellen, auch ein Unterrod ober eine Blufe. Die Reften konnen für Rleiberbefäte noch Verwendung finden. Wenn fleine Risse in Vorhängen sofort ausgebeffert werben, konnen biefe noch lange gebrauchkfähig und ansehnlich erhalten bleiben.

Das Gleiche gilt für die Wäsche. Aleine Schäben werden sosort ausgebessert. Ist jedoch ein Stück soweit abgetragen, daß es sich nicht mehr lohnt, dasselbe noch einer größeren Reparatur zu unterziehen, so zerschneide man, was davon noch ganzist, zu Staubs oder Puttüchern, nur das Zerrissene kommt in den Abfallsack.

Wenn so mit weisem Bedacht die Runst bes Erhaltens geübt wird und bie Sausfrau auch selber die Nadel zu führen versteht, so wird das innere und äußere Glück der Familie davon beeinflußt und die Hausfrau darf sich des Gefühles treuer Pslichterfüllung erfreuen.

W.

Zur Verwendung der Auß.

(Rachbrud berboten.)

Ein viel zu wenig geschätztes Nahrungs= mittel ift die Auf. Sie verdient es, baf ihr mehr Aufmerksamkeit geschenkt werbe, trot ihres Rufes der Schwerverdaulichkeit. Auch hier bewährt sich bas Sprichwort: Gut gekaut ist halb verdaut. Wer keine guten Bahne hat, ber genieße bie Auffe nur in geriebenem Zustande. Sehr gut schmeden Ausse mit Apfeln, ober auch zu Schwarzbrot und Obst- ober süßem Trauben-Nach neueren Forschungen soll ber Nährwert von 500 Gr. Aufternen bem von 1,500 Rilo Fleisch gleichkommen: Die Auß enthält 50-60% Fett, 17% Ciweiß und zirka 10% Rohlehnbrate. Das aus ben Aussen geprefte Di ist sehr wohlschmedend und wird besonders im Waadis land als Salatöl und als Backfett viel verwandt. Die Zeit ber Außernte ist bort ein eigentliches Fest. Man lädt Freunde und Verwandte ein, "pour casser les noix" ober läßt fich bazu einladen, wenn man nicht eigene Aukbäume bat.

Bekanntlich findet schon die unreise Auß ihre Verwendung zum einmachen. Für diesen Zweck hat die Auß die richtige Reise, wenn der innere Kern bereits entwickelt, die Schale dagegen noch vollständig weich ist, so daß sie leicht durchstochen werden kann.

Sehr einsach ist das Sterilisieren der Aüsse nach Wechscher Methode. Man kann die Früchte mit einsacher Zuderlösung oder mit einer vorher gekochten und wieder erkalteten Zuder-Csitg-lösung sterilisieren. Beide Arten sind vorzüglich. Man versährt auf folgende Weise: Die Aüsse werden mehrmals mit einem spiken Hölzchen durchstochen und 14 Tage in täglich zu erneuerndes Wasser gelegt, wodurch sie vollständig schwarz werden.

Dann füllt man sie möglichst sest in die Gläser ein. Zur Zuderlösung rechnet man auf einen Liter Wasser 750 Gr. Zuder und einige Gewürznelken, übergießt die Früchte damit und sterilisiert vom Siedes punkt an 20 Minuten. Zur Zuder-Cisigs lösung gibt man auf den Liter Cisig ebensfalls 750 Gr. Zuder, einige Nelken und etwas Zimt, kocht dies zusammen auf und gibt es nach dem Erkalten über die in Gläser eingefüllten Nüsse und sterilisiert bei 100 Grad, 20 Minuten lang.

Muffe in Effig und Buder tonnen auch auf folgende Art eingemacht werden: Die (ebenfalls noch nicht ausgereiften) Nüsse werden mit einer Spicknadel an zwei bis brei Stellen burchstochen, mit täglich zweimal erneutem Wasser während 9 Tagen gewässert, bann in reichlich taltem Wasser zum kochen gebracht, abgegossen, mit anderem fiedendem Waffer vollständig weich gekocht, so daß sie von einer hineingestochenen Nadel leicht abfallen. Dann legt man sie über Nacht in Wasser und gibt sie am Morgen auf ein Sieb zum abtropfen. Auf ein Schock Nüsse (60 Stück) klärt man 1 Kilo Zucker, gießt eine knappe Obertasse voll Weinessig bazu und bringt dies zum sieden. In diesem Sirup werden die Nusse mit 16 Gr. ganzem Zimt und 8 Gr. Nelken, 8-10 Minuten gefocht, hernach in eine Schüssel angerichtet, worin fte zugedeckt 8 Tage verbleiben, bann schichtet man sie in die Gläser, wobei die Gewürze zu unterst auf ben Boben gelegt werben. Der Sirup wird nochmals aufgekocht, nach Erkalten über die Auffe geschüttet und das Gefäß mit Pergament= papier oder Schweinsblase zugebunden. Das Verfahren, die Ausse mit Aelken und Zimistücken zu bestecken, ist nicht zu empfehlen, weil baburch bie Früchte unansehnlich werben.

Die ausgereifte Auß kann ben Winter hindurch in der Rüche verschiedene Verwendung finden. Namentlich eignet sie sich als Fülle zu feinem Bacwerk, das von besonders belikatem Geschmack ist, wenn man die abgeschälten Außkerne mit gezuckertem Rahm anseuchtet, indem etwas

Vanille aufgekocht wurde. Man kann auch nur etwas Vanillin ober Vanillezuder beifügen. Wir lassen noch einige Rezepte folgen:

Außtorte: 250 Gr. geschälte Außkerne werben mit etwas süßem Rahm ober
zwei Eiweiß gestoßen, mit 250 Gr. Zuder,
8—10 Eibottern, ber abgeriebenen Schale
und dem Saft einer Zitrone mindestens
eine halbe Stunde gerührt. Dann gibt
man den Schnee der Eiweiß, eine Prise
Salz und 100 Gr. geriebenes Brot, das
vorher mit etwas Rum angeseuchtet wurde,
hinzu. Die Masse wird in zwei Hälften
geteilt, in Tortenformen gebacken, mit
Aprikosenmarmelade zusammengesest und
mit Vanilleglasur überzogen.

Außpubding: 200 Gr. Butter werden schaumig gerührt, mit fünf Eigelb, zwei ganzen Eiern, 200 Gr. Grießzucker, 250 Gr. gestoßenen Außkernen, 250 Gr. geriebener Semmel, der abgeriebenen Schale einer Zitrone, etwas Salz, einer Tasse süßen Kahm und dem steisen Schnee der Eiweiß vermischt. Jierauf gibt man die Masse in eine gut gebutterte Form und kocht den Pudding eine Stunde im Wasserbade. Man serviert eine zimbeers oder Kirschssauce dazu.

Nußereme: 250 Gr. frische Außterne werden geschält, oder wenn dies nicht mehr möglich ist, angebrüht, worauf sie sich leicht schälen lassen. Dann zerreibt man sie in einer Reibschale, gibt nach und nach ein wenig Rahm, zehn Eigelb sowie 500 Gr. seinen Zuder dazu und rührt die Masse schaumig. Hierauf gießt man langsam 1/2 Liter kochenden Rahm dazu, schlägt alles auf gelindem Feuer bis zum Rochen, mischt den Schnee von 10 Eiweiß dars unter, richtet die Creme in die hiefür bestimmte Schale an und läßt sie exkalten.

Außauflauf: 150 Gr. frische Butter werden mit sechs Eidottern schaumig geschlas gen, mit 125 Gr. gestoßenen oder ges mahlenen Außternen und 125 Gr. seinem Zucker eine halbe Stunde nach einer Seite hin gerührt, hierauf mit etwas Zimt und der abgeriebenen Schale einer halben Zitrone, nebst dem steisen Schnee von sechs Eiweiß

gemischt. Aun bringt man die Masse in eine gebutterte, mit Zuder ausgesiebte Form und bäckt sie dreiviertel Stunden in mäßig heißem Osen.

Auß-Mehlspeise: 200 Gr. seines Mehl wird mit etwas kaltem Rahm glatt gerührt, dann fügt man unter fortwähren- dem Rühren ¹/2 Liter Rahm bei und kocht dies zu einem steisen Brei. Aun werden sechs Sigelb, 200 Gr. Butter, 200 Gr. Bucker, 250 Gr. geschälte mit etwas Rahm sein geriebene Außkerne, eine Prise Salz und der steise Schnee der sechs Eiweiß dazu gegeben. Dann füllt man die Masse in eine butterbestrichene Form und kocht sie eine Stunde im Wasserbade. Man kann dazu eine Banilles oder Caramelsauce servieren.

3

Zur Pflege des kindlichen Knochensystems.

Don Dr. Emil Graf.

(Machbrud berboten.

Gegen die Sygiene des Anochensystems wird sehr häufig schon in der frühesten Rindheit, aber noch mehr in der Anabenund Mädchenzeit gefehlt. Dahin zählt schon die immer noch in weiten Kreisen fortbestehende Einschnürung des kindlichen Rörpers in Windeln und Deden, wodurch die naturgemäße Entwicklung gehindert, dagegen sehr oft eine einseitige Richtung bes Mustelzugs am Anochengeruft herbeigeführt wird. So entstehen die häufigen Verkrümmungen ber Unterschenkelknochen (X. und O-Beine) bei kleinen Kindern daburch, daß die Unterschenkelmuskeln immer nur einen Zug auf ihre Ansakftellen an den Rüßen ausüben, also wesentlich biese nur nach oben ziehen können, jo daß die Unterschenkelknochenachse allmählich von ber Normalstellung abweicht. Daß diese Erklärung richtig ist, geht baraus hervor, daß die krummen Beine in der Regel bald wieder gerade werden, wenn die Kinder laufen, also ihre Beinmuskeln nach allen Richtungen wirken lassen können. Ferner wird manchmal die Wirbelfäule, oder, wie man gewöhnlich sagt, ber Rüden ber Kinder badurch schief, daß die Rindsmädchen diese stets nur auf ein und demselben Arme tragen und dabei die eine Seite gegen ihre Brust drücken und stützen, woher es auch rührt, daß sehr ost die Mädchen selbst durch einseitige Belastung ihres noch nicht gehörig gesestigten Steletts zugleich schief werden. Sehr ost wird serner der weichknochige, rasch wachsende Fuß des Lauftindes schon in ganz enganschließende, seste Schuhe eingezwängt, woraus dann Entstellungen resultieren.

Noch öfter wird durch falsche Ernährung. besonders durch zu sehr überwiegende Brot- und Kartoffelnahrung, wofür bie meisten Kinder (und auch noch größere Anaben und Mädchen) eine besondere Vorliebe haben, eine schlechte Anochenbildung herbeigeführt. Daher rühren bann schwache und oft kranke Anochen und Bähne, welche letteren in ber Regel für das ganze Leben dadurch geschäbigt, "schlecht" werben. Rommen zu solcher verkehrter Ernährung noch die Einflüsse bumpfer, feuchter Wohnungen ohne Luft und Licht, und Unreinlichkeit, so entstehen Strofulose und Rhachitis (englische Krankbeit) mit allen ihren schlimmen Folgen für das Anochensnstem. Daß es so wenige regelrecht gebildete Ruße und so viele mit verkrümmten Zehen und mit eingesunkener Wölbung gibt, rührt von ichlechtem Schuhwerk: im ersten Falle von zu kurzen und zu schmalen Schuhspiken, ober Schuhen mit hohen Absätzen, in welchen der Fuß durch das Körpergewicht stets nach vorn gebrängt wirb; im zweiten durch zu flache, weiche Schuhsohlen, deren Bug nicht nach oben gewölbt bleibt und fehlende ober zu niebere Abfage. Durch weichliche Erziehung und besonders durch den Mangel an körperlicher Arbeit und Muskelübungen bleibt sehr oft bas ganze Stelett unentwidelt, wird bunnknochig und schlank, wobei es wie die Weiden wohl in die Länge schieft, aber nicht in bie Dide wächst. Hohe Schultern und schiefe Ropfhaltung entstehen bei Anaben und besonders bei den von Natur aus schwach-Inochigen Mäbchen burch schlechte Schulbanke und badurch bewirkte schiefe Körperhaltung, die bei ben letteren noch burch Näh- und Stridarbeiten später oft gesteigert wird. Schmalbrüstigkeit und schmale Buften find ebenfalls oft gezüchtet unb zwar am häufigsten burch Vermeibung jeder körperlichen Arbeit, die nicht "vornehm" ift. Ungleiche Bilbung bes Schäbels ist gar nicht selten die Kolge vom beständigen Liegen auf einer Seite in der Wiege: ist doch ber Schäbel des Kindes bekanntlich sehr leicht in bestimmte Kormen zu bringen, wie bie fünftlichen, burch Schnuren und Drud herbeigeführten absonderlichen Schäbelbildungen bei gewissen Völkerstämmen (Indianern u. s. w.) beweisen. Selbst gewisse Unsitten und Unarten haben Einfluß auf die Anochenentwicklung. So 3. B. ift es eine bekannte Erfahrung, bak sog. Lutscher nicht nur einzelne verbilbete Kinger und Zähne, sondern auch allgemeine Anochenschwäche zur Folge haben, weil durch das Saugen das Hungergefühl geschwächt und badurch die Ernährung beeinträchtigt wird. Häkliche Nägel entstehen häufig burch stetes Rauen baran, das mit dem Lutschen verwandt ist; bann durch versaumtes Schneiben, wodurch die Nägel Längssprünge bekommen: falsche und häßliche Zahnstellungen aber oft durch versäumte rechtzeitige Entfernung Ungeborene Mißbildungen Milchzähne. bes Fußstelettes, wie Alump- und Pferbefuß werben häufig zu bleibenben, weil fle nicht rechtzeitig, b. h. in ber frühen Rinbheit operiert wurden. Die fog. angeborenen Gelenkverrenkungen in Schulter und Hüfte sind meist nichts anderes, als durch rohes Ziehen &c. an den Gliedern bewirkte Schaben, und könnten oft burch sofortige ärztliche Hilfe beseitigt werden. Auch sogenannte Hasenscharten und Gaumenspalten, die auf Bilbungsfehlern der Rieferknochen beruhen, muffen burch frühe Operation unichablich gemacht werden.

FO-O-O-C Baushali, FO-O-O-C

Beim Wiederbeginn der ganz strengen Arbeitszeit bei den Schneidern, Schneiders innen, Putmachern, Tapezierern, Rürschnern, läßt die Soziale Räufers liga folgende Warnung an die Auftraggeber ergehen: Bestellt nichts im letten Augenblick. Sie empfiehlt auch den Lieferanten zu erklären, daß spät abends keine Lieferungen angenommen werden. Der Ronsument soll keine mörderische Nachtarbeit auf sein Gewissen laden.

Ein vorzügliches und billiges Desinfekstionsmittel ist übermangansaures Rali. Jede Hausfrau sollte 3. B. das Fleisch, das nicht ganz frisch erscheint, vor dem Gebrauch stets mit einer schwachen Lösung von übermangansaurem Rali abspülen. Da es jeglichen üblen Geruch sofort entfernt, eignet es sich besonders auch zur Desinfektion von Fischen, besonders Geefischen, die oft einen unangenehm starken Geruch verbreiten. Auch auf dem Waschtisch sollte es nicht sehlen. Ein kleines Körnchen in einem Glas Wasser aufgelöst genügt, um sich ein gutes Ausspülwasser sur Mundhöhle und Nase herzustellen.

Rostsleden aus Weißzeug zu entfernen. Man füllt ein Gefäß mit heißem Wasser und legt das zu reinigende Stück darüber, doch so, daß das Wasser den Fleck nicht berührt, dann streue man pulverisiertes Rleesalz auf; der Fleck wird augenblicklich verschwinden. Oder man träufelt den Saft einer Zitrone in einen silbernen Eßlöffel und hält ihn über eine Spirituse oder kleine Gasslamme. Soedald der Inhalt kocht, taucht man die fleckige Stelle hinein, nach einigen Sekunden wird der Fleck spurlos verschwunden sein —r.

HOHOHOH Küche, HOHOHOH

Speisezettel für die bürgerliche Rüche.

- Montag: † Suppe mit Schwammnudeln, †Rostbraten, gedämpft, Kartoffelkroketten, Endiviensalat.
- Dienstag: Brotsuppe, †Schleie mit Specksauce, Salzkartoffeln, *Selleriegemüse, *Gebranns ter Zuckerauflauf.
- Mittwoch: Grüne Suppe, †Hammelsragout, †Mailänder= Risotto, *Brotkuchen mit Üpfeln.
- Donnerstag: Mehlsuppe, Gebackene Schweinsfüße, †Rosenkohl, *Rastanienkompott.
- Freitag: *Suppe aus weißen Bohnen, Ges bratene Kuttelflecke, Rotkraut, *Soggens burgerküchlein.
- Samstag: Maggisuppe, *Hirschbratenragout mit Kartoffelrand, Sauerkraut, †Gefüllte Waffeln.
- Sonntag: Reissuppe, Salm mit Mayonnaise, Ralbsbraten, Spinat-Rlöße, Bratkartoffeln, †Schwäbische Torte.

Die mit * bezeichneten Rezepte find in diefer Rummer gu finden, die mit † bezeichneten in ber letten.

Rochrezepte.

Fig. Mulliver

Alfoholhaltiger Wein tann zu füßen Speisen mit Borteil durch altoholfreien Wein oder wasserverdunnten Sirub, und zu fauren Speisen durch Zitronensaft ersett werden.

Suppe von weißen Vohnen, mit Gerste und Fleisch (vollständiges Gericht). 250 Gr. Bohnen, 60 Gr. Gerste, 1 Lauchstengel, 1 Rübe, etwas Sellerie, Salz, 250—300 Gr. gehacktes Fleisch (Rind= oder Schweinefleisch), 3 Liter Wasser. Die Vohnen und die Gerste werden tagszuvor, jedes für sich, eingeweicht und am folgenden Morgen mit dem Einweichwasser aufs Feuer gesetzt und mit dem Suppengrün und dem Fleisch langsam weich gekocht. Das Salz wird zuleht hineingegeben. Preis für 8 Personen 80 Cts., für 1 Person 10 Cts. (Flugblätt des Schweiz. Gem. Frauenvereins.)

Firschbraten-Ragout. Übrig gebliebener Braten wird in zierliche Scheiben geschnitten und beiseite gestellt. Dann schneidet man einige Schalotten ebenfalls in dünne Scheiben und dünstet sie in Butter weich. Die Butter verrührt man mit einem Rochlöffel voll Mehl, das man gelblich werden läßt, mit übriger Bratensauce oder Fleischbrühe auffüllt, mit etwas Essig und Weißwein zu einer sämigen Sauce versocht und mit Salz und Pfesser würzt. Das Fleisch läßt man in dieser Sauce heiß werden, ohne es kochen zu lassen. Man richtet das Ragout mit einem Kartoffels oder Reisrand an.

Pregkopf. Zeit 3-4 Ston. 2 Schweins= ohren, 1 Ruffel und 2 Schweinsfüße oder auch Ralbsfüße, 4 Nelken, 4 Pfefferkörner, 1 Lorbeer= blatt, 1 Zwiebel, Suppengemüse, 2 Liter Wasser, 1 Zitrone, Salz. Die Fleischstücke werden mit kaltem Wasser zugesett, rasch ins Rochen gebracht, die Gewürze, der Saft der Zitrone und Suppengemufe beigefügt, abgeschäumt und nun auf ganz kleinem Feuer ohne Zusat von weiterer Flüssigkeit und ohne Umrühren recht weich gekocht. Eine Büchsen= zunge wird furg vor dem Unrichten darin erwärmt und dann alles Fleisch in Streischen geschnitten, und in einer hohen runden Form unter Pressung erstarren lassen. (Man legt 3um pressen eine Untertasse darauf und beschwert mit einem Gewichtstein.) Die Brühe wird sorgfältig durchgeseiht und bis zum andern Sag in den Reller gestellt; dann, nach= dem die Fettschicht und der Bodensatz entfernt sind, in einer kleinen Rasserole nochmals aufs Feuer gebracht, mit 2 gewaschenen und zer= flopften Eiern famt ber Schale, etwas Bitronen= saft und gebräunter Zwiebel vermengt und langsam gekocht bis sie ganz klar ist. Man zieht sie vom Feuer zurück, läßt einige Mi= nuten zugedeckt stehen und passiert sie hernach durch eine Gerviette über das Fleisch. Hat man allzu reichlich Gelee zum begießen des Fleisches, so kann man den Rest verschieden ärben und feingehackt als Garnitur verwenden. Kot wird mit Kandensaft, gelb mit auf= gelöstem Safran, braun mit Zuckerfarbe erzielt. Die Brühe muß aber dazu warm sein. Aus "Gritli in der Rüche".

Selleriegemüse. Bereitungszeit 1 Stde. Jutaten: 2 Liter Kartoffeln, 4–5 Selleries knollen, ½ Liter Fleischbrühe aus Selleries wasser und 20 Gr. Liebigs FleischsExtraft, 80 Gr. geräucherter Speck, Salz, Pfeffer, seins gewiegte Petersilie. Die Kartoffeln werden fast weich gekocht, geschält und in Scheiben geschnitten. Ebenso versährt man mit den gereinigten Sellerie. Der Speck wird goldsgelb gebraten und mit den anderen Zutaten unter die Kartoffels und Selleriescheiben gesmengt. Dann läßt man das wohlschmeckende Gemüse noch einige Zeit sest zugedeckt dünsten.

Rastanien=Rompott. Etwa 750 Gr. große Rastanien werden geschält, in siedendem Wasser gebrüht, von der inneren Haut befreit und in einem Sirup von 250 Gr. Zucker, den man nebst einer halben, kleingeschnittenen Schote Vanille in ½ Liter Wasser gekocht hat, gut zugedeckt in einem mäßig heißen Osen langsam weichgedünstet. Dann werden sie auf einer Rompottschüssel zierlich aufgehäuft, mit dem Sirup übergossen und kalt gestellt. Zu dem Wasser, in dem man den Zucker läutert, kann man anstatt der Vanille auch seinabgesschälte Zitronenschale und ein Glas Wein geben, was den Rastanien ebenfalls einen trefslichen Beigeschmack verleiht.

Toggenburgerküchlein. 550 Gr. Mais= mehl, 1 Liter Waffer, 1 Eglöffel Salz, Streus zucker, Backfett (etwa 250 Gr.). Zu diesen Rüchlein kann man statt Maismehl auch Weizenschrotmehl, gewöhnliches Mehl oder feines Grieß verwenden. 500 Gr. Mehl wird sorgfältig ins kochende Salzwasser (oder ko= chende Milch) eingerührt und sobald der Teig sich von der Pfanne löst (etwa nach 10 Mi= nuten), vom Feuer genommen. Man formt ihn auf einem mit Mehl bestreuten Brett mittelst der übrigen 50 Gr. Mehl zu einer glatten langen Rolle. Diese wird nun mit einem in Mehl getauchten Messer in ganz bunne Scheiben geschnitten, welche flach ge= drückt in viel heißem Fett schwimmend auf starkem Feuer gelb gebacken werden. Die Ruchen bestreut man mit Zucker und Zimmt, sie schmecken aber auch ohne dies gut.

Rahmzeltchen (Huftenbondons, Nidel= 3eltli). ½ Liter halb Milch halb Rahm, 350 Gr. Zucker. Rahm, Milch und Zucker werden auf lebhaftem Feuer so lange tüchtig gerührt, dis die Masse dickflüssig und hell= braun wird, was ¾ Stunden dauert. Dann gießt man die Masse auf ein schon zugerich= tetes, eingefettetes Blech und schneidet, ehe sie erkaltet, mit einem in kaltes Wasser ge= tauchten Messer viereckige "Zeltchen". Ergibt

450 Gr. Ober: 1/2 Liter Rahm, 500 Gr. Zucker, ergibt 600 Gr. Zeltchen.

Aus "Reformkochbuch" von J. Spühler.

Gebrannter Zucker=Auflauf. Man röstet 100 Gr. Zucker mit einer Tasse Wasser in einer Messingpfanne dunkelbraun, und rührt eine Tasse heiße Milch dazu. Aebenbei wers den zwei Eßlöffel seinstes Mehl mit ¼ Liter Milch angerührt, in die Pfanne gegeben und alles zusammen unter beständigem Rühren gekocht, dis die Masse sich verdickt, dann nimmt man sie vom Feuer. Man rührt sofort ein Stücken Butter hinein, fügt etwas abgeries bene Zitronenschale, vier Eigelb, 75 Gr. Zucker, zulett den Schnee der Eiweiß hinzu und bäckt die Speise in einer Aussaufzorm im Backsofen.

von Martha Rammelmeyer.

Brot=Ruchen mit Üpfeln. In einer größeren runden oder vierectigen eisernen Pfanne macht man 60 Gr. Butter kochend heiß und legt dann eine 2 Em. hohe Schicht geriebenes Schwarzbrot, das mit Zucker und Zimt vermischt ist, hinein, dann eine dicke Lage sehr dick gekochtes Upfelmus mit Zucker, Zitronenschale und Korinthen und darauf abermals eine Schicht Schwarzbrot. Man bäckt den Ruchen auf beiden Seiten mit reichslicher Butter braun, bestreut ihn mit Butter und ist ihn warm oder kalt.

Gesundheitspflege.

Eine Quelle der Feuchtigkeit der Innenwände einer Wohnung bildet das fog. Schwitz wasser. Das durch die Utmung der Haus= insassen, durch die Verdunftung des zum Buten und Scheuern benutten Waffers, oder durch Verdampfung beim Rochen usw. der Hausund Zimmerluft beigemischte Wasser schlägt sich namentlich in der fälteren Jahreszeit wie an den Fensterscheiben, so auch an den Zim= wänden nieder und überzieht sie mit Feuchs tigfeit. Dies ist weniger der Fall bei stets geheizten und warm gehaltenen Zimmern, als in solchen Räumen, die gar nicht oder nur ausnahmsweise geheizt werden. Go 3. B. bei Schlafzimmern in Familien, die gewohnt sind, auch den Winter in ungeheiztem Raum zu schlafen. Gerade hier sollte man aber ab und zu tagsüber heizen, um die Schlafzimmer= wände trocken zu halten.

HCHCH Krankenpflege. HCHCH

Ein sehr einfaches und erprobtes Mittel gegen Frost an Händen und Füßen ist das Baden in Selleriewasser. Man kocht dazu Sellerieknollen längere Zeit in Wasser, nimmt sie dann heraus und badet die erfrorenen Glieder so heiß, wie man es nur ertragen

kann, eine Viertelstunde lang in dem Wasser. Das Wasser kann dreis bis viermal wieder erwärmt und benutt werden. Das lästige Jucken und die Schwellung der Glieder läst sehr bald nach.

Kinderpflege und -Erziehung.

Bei kleinen Festlichkeiten im Winter, wo Rinder zusammenkommen, sind die allbekannten Spiele: Wie, wo und warum? Wie gefällt dir dein Nachbar? Tellerdrehen und dergleichen immer noch beliebt. In einem gewissen Alter sind Schreibspiele fehr ange= bracht. Sie wirken belehrend und schärfen das Gedächtnis. Rätsel oder "gedeckte Gegen= stände" raten, wird besonders dann bevorzugt, wenn auch Erwachsene neue Anregungen Pfänderspiele erfreuen sich auch noch immer der Gunft der Kinderwelt. Auch vom pädagogischen Standpunkt aus sind Rindergesellschaften zulässig. Im gemeinsamen Spiel schleift sich der einzelne Charakter ab. Jeder lernt, fast instinktiv sich unter ein bestimmtes Gefet zu ftellen und den eigenen Egoismus zu unterdrücken. Darum hindere man die Rinder nicht am gemeinsamen Spiel. Gönne man ihnen den Frühlingstraum, der nur zu schnell vergeht. Freilich bringt eine Kindersgesellschaft für die Mutter Arbeit und Mühe, aber den Kindern selbst manche reine Freude und auch manchen Gewinn für das spätere Leben. Wie der Verkehr der Erwachsenen untereinander den Gesichtskreis des einzelnen erweitert, lernen auch die Kinder von einander, von dem einen Bescheidenheit, von dem andern Verträglichkeit. Eine Sauptsache bleibt allerdings, seine Rinder auch hierin zur Ein= sachheit zu erziehen — Einfachheit vor allen Dingen bei diesen Kinderfesten walten zu lassen, auch — in der Bewirfung. Schon Rinder muffen einsehen lernen, daß es nicht darauf ankommt, was man gibt, sondern wie man es gibt.

🛏 Garienbau- und Blumenzucht.

Jur überwinterung im Reller aufgesstellte Pflanzen dürfen nicht ständig im Dunsteln stehen, wenn es sich um immergrün bes laubte Gewächsehandelt. Die Laubabwerfenden Zwergpflanzen vertragen die Dunkelheit länger ohne Schaden. Die andern aber verlieren zum größten Teil die älteren Blätter und bilden dünne gelbe Triebe, die den Kräfteverbrauch steigern. Sie vergeilen, wie der gärtnerische Ausdruck hiefür heißt. Um dieser nachteiligen Wirkung des Winterquartiers zu begegnen, müssen bei frostfreiem Wetter die Räume geslüftet und jeder Zeit möglichst hell gehalten

werden. Die Durchschnittswärme soll nur 3—5° C. betragen. Die sogenannten harten Pflanzen überwintern unter solchen Umständen sehr gut und fangen erst im Frühjahr an zu treiben, wenn die Temperatur im Freien wieder höher steigt.

Jede Düngung der Zimmerpflanzen im Winter ist zwecklos und schädlich, besonders bei Pflanzen, die kühl und dunkel stehen, also ganz langsam vegetieren. Wird unter solchen Umständen gedüngt, so ruiniert man die Pflanzen. Es ist überhaupt sehlerhaft, Gewächse zu düngen, die sich in der Auhezeit befinden oder dieser entgegen gehen, indem Nährstoffe die ruhenden Wurzeln reizen und geringwertiges Wachstum erzeugen, das nur eine Schwächung des ganzen pflanzlichen Orsganismus bedeutet.

Um einen Ranarienvogel zu zähmen, stelle man ihn niedriger als das menschliche Auge und so, daß man sich zwischen dem Licht und ihm befindet. Er ist immer gleichmäßig ruhig und freundlich zu behandeln und darf niemals durch plötliches Herantreten erschreckt werden. Man muß ferner sanst und liebevoll mit ihm sprechen, ihm ohne heftige Bewegung einen Leckerbissen, ein kleines Stücken Obst, Viskuits, auch wohl Zucker oder Grünkraut reichen.

Frage-Ecke. HIHIHI

Antworten.

92. Sie tun am besten, den Lieferanten um Auskunft zu bitten! In der Regel werden in **Seppichgeschäften** auch alle jene Materialien vorrätig gehalten, die der Reinigung und Erhaltung der bezogenen Ware dienen.

93. Lacierte Böden sollen mit feuchtem Raffeesatz aufgerieben, sehr schön werden. Nach gründlicher Reinigung bekommen sie immer sehr schönen Glanz. Man braucht dieses Bersahren nur alle 14 Tage anzuwenden. In der Zwischenzeit bürstet man die Teppiche mit einem Handbesen gründlich ab und reibt den Boden, wo er nicht bedeckt ist, nach dem Rehren mit einem wollenen Tuche ab. Wasser soll nicht in Berührung kommen mit diesen Böden. Ein Neuanstrich braucht nur einmal im Jahr zu erfolgen.

94. Mir scheint, daß der Kat, der auf Frage 88 in letzter Aummer des "Ratgebers" erteilt worden ist, auch für Sie Wert hat. Meines Wissens ist das übermangansaure Rali nicht teuer, es kann also wohl in Frage kommen in Ihrem Falle.

Fragen.

95. Rann man **Rohrmöbel** selber tadellos lactieren und wie geht man dabei vor? Welche Farbe schmiegt sich am besten den andern Möbeln an? Da solche in Wohnräumen (nicht Veranda) gebraucht werden, ist die gewöhnliche gelbe Farbe wohl durch eine andere zu erstehen Wergibt guten Rat einer Unwissenden?

96. Gibt es keinen Ersat für die teuren waschechten, farbigen Vorhangstoffe, die jetz so modern sind? Für gute Winke ist danks bar Lene.

97. In Ar. 20 des "Aatgebers" wird Ansleitung zur Herstellung von "Cotignac" ges geben. Müssen die aus den Formen genoms menen Pains noch besonders getrocknet werden oder läßt man sie in den Formen und stürzt sie vor Gebrauch?

Dankbare Abonnentin.

98. Mir ist vom Urzt "Salta-Apfelkoms pott" verschrieben worden. Bezieht sich Salta wohl auf den Namen der Apfelsorte und wo sind solche zu beziehen? Um gütige Antwort bittet Mitabonnentin.

99. Könnte mir jemand sagen, wie man dunkelblaue, gestreifte Satinschürzen wäscht, ohne daß sie Glanz und Farbe verlieren? Ich habersolche Schürzen gewaschen, und obsichon ich sie nicht in heißes Wasser nahm, wurden sie nach der ersten Wäsche unansehnelich. Für gute Auskunft dankt zum voraus Junge Hauskrau.

Hermann Weilenmanns Eier-Teigwaren



Alle unsere Pakete tragen diese Schutzmarke und die Empfehlungsmarke der Sozialen Käuferliga der Schweiz.

Für 6.50 Franken

versenden franko gegen Nachnahme brutto 5 Ko. ff.

Toilette=Abfall=Seifen

(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toiletten-Seifen). **Bergmann & Co.**, Wiedkon-Zürloh.