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

Band: 20 (1913)

Heft: 19

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: 13.07.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion: 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 4.

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

No. 19. XX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 20. September 1913.

Das flüchtge Lob, des Tages Ruhm
Magst du dem Eitlen gönnen.
Das aber sei dein Heiligtum:
Vor dir bestehen können. Fontane.

Der Estrich.

(Nachdruck verboten.)

Ehe ich eine Serie von Artikeln über die General-Reinigung des Hauses beginne, möchte ich einige Bemerkungen über die Wichtigkeit der Reinlichkeit und Ordnung vorausschicken:

Staub und Schmutz sind Dinge am unrechten Platze; wo sie geduldet werden, setzen wir uns der Gefahr aus, Krankheiten und andere Übel in unser Haus einzulassen.

Reinlichkeit ist hingegen die beste Desinfektion und eine mächtige Förderin der Gesundheit und Sittlichkeit.

Sauberkeit und Ordnung sind die Grundpfeiler des Hauses und des häuslichen Glückes; wo sie fest stehen, baut sich das Wohl und der Wohlstand einer Familie am besten auf, weil diese zwei Kardinaltugenden andere gewissermaßen im Gefolge haben. Wo Reinlichkeit und Ordnung herrschen, wird auch die nötige Sparsamkeit z. B. sich einstellen, ohne in Geiz auszuarten.

Das Äußere und das Innere hängen innig zusammen, das erstere pflegt der Ausdruck des letzteren zu sein. Wenn es in deinem Hause nicht aussieht, wie es aussehen sollte, so frage dich, ob es in deinem Innenleben stimmt, ob dieses nicht aus dem Geleis gekommen ist, oder je im Geleis war. Wenn nicht, schaff' Ordnung und du wirst dadurch die häuslichen Genien einladen, sich bei dir niederzulassen. Du wirst an dir selber zuerst den wohltuenden Einfluß der Reinlichkeit und Ordnung verspüren, und wenn sie konsequent überall durchgeführt werden, durch dein Beispiel die Deinen und alle, die im Hause ein- und ausgehen, in ihren Bannkreis ziehen, und dabei günstige Lebensbedingungen für sie schaffen. Ordnung und Sauberkeit sind also keine „Kleinigkeiten," sie sind Lebensfaktoren und haben die Vollkommenheit zum Ideal.

Mit der Gesamtreinigung des Hauses fängt man innen an, zu oberst, in dem Teil des Hauses, der sich meist den Blicken

der Aus- und Eingehenden entzieht, aber nichtsd stoweniger ebenso rein wie das übrige Haus gehalten werden sollte. In England und Amerika, wo diese jährliche, gründliche Reinigung des ganzen Hauses allgemein vorgenommen wird, nennt man sie „Spring-cleaning", weil der Frühling die beste Jahreszeit ist, sie vorzunehmen. Die sonnigen Märztage, an denen Frühlingswinde wehen, sind äußerst günstig für eine derartige Reinigung, doch ist auch der Herbst dazu geeignet und gute Hausfrauen nehmen diese Arbeit, wenn möglich, zweimal im Jahre vor.

In erster Linie ist dabei zu beachten, daß man den Staub entfernt und ihn nicht „aufwirbelt", wie dies so vielfach geschieht. Zuerst räume man aus dem Estrich (Winde) alles Bewegliche aus. Ist dies nicht möglich, hat der Estrich keine Kammer, Dachstübchen oder Veranda — wie letzteres öfters der Fall ist in Holzhäusern — so fange man mit der einen Hälfte des Speichers an und räume dabei alles auf die andere hinüber. Ist der Raum sehr verstaubt, so nehme man den Staub des Daches und der Wände mit feuchten Tüchern auf; den Boden bespritze man, ehe man mit dem Besen zusammenkehrt. Darauf erfolgt das gründliche Scheuern des letzteren mit heißem Wasser, Seife und Bürste und gutes Nachtrocknen mit reinem Wasser und reinem Tuche. Wo Insekten vorhanden sind oder Ungeziefer, üble Gerüche, oder wo man solchen vorbeugen will, setze man dem Wasser Borax oder Soda hinzu. Die Fenster oder „Lucken" sind innen und außen abzuwaschen.

Allen Unrat verbrenne man oder lasse ihn hinwegschaffen. Brauchbares Überflüssiges verschenke oder verkaufe man, denn allzuviel aufspeichern macht nur überflüssige Arbeit und Mühe, oder es stellen sich unliebsame Gäste ein, die einem nötigen, eines Tages schleunigst damit aufzuräumen.

Schränke, Kasten, Schubladen müssen innen und außen gereinigt werden; sie werden innen am besten und schnellsten mit heißem Wasser und Terpentinöl ausgewaschen und zum lüften und trocknen an die Sonne gestellt. Der Staub in den Ecken ist mittelst eines spitzen Gegenstandes zu entfernen. Selbstverständlich putzt man auch das Innere der Kommoden, nachdem die Schubladen herausgenommen worden sind, und überzeuge sich dabei, wie viel Staub sich in einem Jahre oder auch nur in sechs Monaten angesammelt hat. Man achte darauf, das Holz nicht zu sehr zu nässen oder wo dies nicht zu vermeiden ist, trockne man mit einem Tuche nach. Wurmstichige Kommoden, Stühle oder sonstige alte vernachlässigte Möbel werden außen am besten mit reinem Terpentinöl abgerieben, da dies den sogen. „Holzwurm" und anderes Ungeziefer tötet oder deren Auftauchen verhütet. Bessere Möbel werden mit einem feuchten Lederlappen abgewischt und nach dem Trocknen mit einer Mischung von Terpentin- und Leinöl abgerieben. Ist auch diese ganz eingetrocknet, so reibt man das Holz mit einem Flanell-Lappen blank.

In den Drogenhandlungen sind verschiedene Polituren und Wichsen zum auffrischen alter Möbel käuflich. Vor deren Verwendung ist eine Reinigung — wie angegeben — vorzunehmen. Den Inhalt der verschiedenen Kasten und Koffer lüfte man, sortiere alles und wische auch diese Behälter innen und außen ab. Jeder Gegenstand wird nach Beschaffenheit ausgeschüttelt, geklopft, gebürstet und gelüftet; wenn zerrissen, ausgebessert, wenn beschmutzt, gereinigt. Alles, wofür man keinen Gebrauch hat, gebe man ins Brockenhaus, oder der Heilsarmee.

(Schluß folgt.)

Die Küche im September.

Von A. Burg.

(Nachdruck verboten.)

Der September bietet noch recht viel Gutes für die Küche. Neben den früh reifenden Herbstäpfeln finden wir Birnen aller Art, ferner Melonen, Pflaumen und vor allen Dingen Weintrauben! Die billigen Melonen sind sowohl roh als auch

in verschiedener Art zubereitet zu genießen und bei vielen Hausfrauen sehr beliebt. Man schätzt besonders die sogenannten Netzmelonen, jene großen rundlichen Früchte, deren grüne, durch zwölf Furchen gerippte Schale von außen mit einem weißlich-grauen Netz überzogen ist. Ihr Fleisch ist fast orangegelb. Die Cantaloup-Melonen aber haben grünliches Fleisch. In Italien bevorzugt man besonders die „rote Melone". Es sind glatte, außen helle, wenig genetzte Früchte mit dunkelrotem, sehr saftigen Fleisch und schwarzen Kernen.

Auf dem Markte sind auch noch die „Wassermelonen" zu haben, die äußerlich der gewöhnlichen Melone ähnlich, aber viel schwerer verdaulich sind.

Will man die Melone roh essen, so wird sie geschält, in feine Scheiben geschnitten und mit Zucker bestreut. In Amerika genießt man sie auch mit Pfeffer und Salz. Zum Einmachen der Melonen wird Vanille oder Ingwer benützt, und sie ziehen, wie alle Gurkengewächse gern und leicht anderes Aroma an. Um Melonen-Kompott zu bereiten, bedient man sich als Würze der Vanille. Man schält eine noch nicht weich gewordene Frucht ab und schneidet sie in Stücke. Dann verrührt man 500—700 Gr. Würfelzucker in einer Obertasse voll Wasser und einer in Stücke zerschnittenen Stange Vanille zu klarem dickflüssigem Sirup. In diesem Saft läßt man auf gelindem Feuer die Melonenstückchen ein Weilchen kochen, wobei letztere aber nicht zerfallen dürfen; hierauf nimmt man sie mit dem Schaumlöffel heraus, legt sie in eine Schüssel, läßt den Saft noch etwas dicker einsieden und gießt ihn über die Fruchtstücke. Wer das Kompott kräftig haben will, fügt dem Wasser, in dem der Zucker zu Sirup geläutert wird, noch den Saft einer Zitrone hinzu. Man kann dieses Kompott auch ohne Vanille herstellen, läutert dann aber den Zucker nicht mit Wasser, sondern besser mit Weißwein und fügt ebenfalls den Saft einer Zitrone bei. — Melonen-Kaltschale ist an warmen Herbsttagen eine erwünschte Abwechslung. Man schneide eine ganze, halbe oder Viertelsmelone in nicht zu große Würfel, die man recht dick mit feinem Zucker bestreut und mit dem Saft einer Zitrone beträufelt. Das Ganze läßt man mehrere Stunden stehen, zuletzt gießt man ein oder zwei Flaschen auf Eis gekühlten Weißwein über die Würfel, rührt sie um, gibt nach Belieben noch Biskuit dazu und richtet dies an.

Während die sommerlichen Gurken mehr für Gemüsezwecke, für pikante Saucen und den beliebten Gurkensalat zur Verwendung kommen, wird die Septembergurke zur Bereitung der Konserven, sei es als „süße Gurken", als „Senf- oder Essiggurken" verwandt. Ganz besonders sind hiefür die sogenannten Schlangengurken geschätzt. Gefürchtet in der Küche sind die „bitteren" Gurken, und der Küchenglaube schreibt vor, jede süße Gurke stets von oben herab bis zum Stengel zu schälen, weil sie „sonst auch bitter werde." Ist eine Gurke bitter, so kann man nichts dagegen tun, als sie recht dick abzuschälen, denn oft sitzt der bittere Geschmack nur dicht unter der Schale.

Eine echte September-Delikatesse ist das Rebhuhn. Das Wildgeflügel erfreut sich der größten Beliebtheit in der Küche und ihm ist eine ganze Küchensaison gewidmet.

Die jungen Hühner eignen sich zum braten, die älteren und alten aber besser zum schmoren und zu Suppen. Eine beliebte Zusammenstellung auf dem Speisezettel ist die der Rebhühner mit Sauerkraut oder Rotkohl. Wie alles Wildgeflügel, ist auch das Rebhuhn arm an Fett. Es hat aber dennoch ein saftiges, leicht verdauliches Fleisch und wird deshalb auch in der Kranken- und Rekonvaleszentenküche sehr geschätzt. Um das dem Rebhuhn fehlende Fett zu ersetzen und sein Fleisch am Austrocknen zu hindern, werden die Hühner mit Speckplatten umbunden. Wie bei allem Wildbret und Wildgeflügel muß man beim Rebhuhn auch genau die Bratzeit berechnen, denn kein anderes Fleisch kühlt so leicht aus, wie Wildbret und Wildgeflügel. Andererseits verliert

es aber durch „Warmstellen“ an Wohlgeschmack. Sehr zu empfehlen ist die Zusammenstellung von Rebhühnern mit Reis. Dazu wird sehr guter Reis in Wasser mit Butter, Salz und einer Zwiebel oder mit Brühe auf schwachem Feuer so lange gedünstet, bis er weich, aber noch körnig ist. Dann schüttet man ihn auf eine mehr flache als tiefe Schüssel, belegt ihn mit gebratenen, halbierten Rebhühnern und gießt die Bratensauce darüber.

Auch mit Sellerie gedämpfte Rebhühner sind beliebt. Man spickt einige gut hergerichtete Rebhühner auf der Brust mit dünnen Speckfäden, gibt sie, nachdem sie in Butter auf beiden Seiten braun gebraten sind, in eine mit Scheiben von durchwachsenem (magerem) Speck belegte Kasserolle, fügt einige kleine, geschälte, in Scheiben geschnittene Sellerieknollen dazu, schüttet die Bratbrühe von den Hühnern, nur 2—3 Schöpflöffel (im Notfalle Wasser), darüber und läßt alles zusammen weich dämpfen. Beim Anrichten wird der Sellerie um die zerlegten Hühner geschichtet und die noch etwas eingekochte Brühe darüber gegossen.

Der neue, junge, zarte Sellerie eignet sich besonders gut zu diesem Gericht.

Süßwasserfische erfreuen sich auch im September der Wertschätzung in der Küche. Aale, Schleie, Forellen, Lachs sind echte Sommerfische, von Seefischen aber Schollen und Butten. Doch kommen Seefische nicht in Frage, solange die Herbsttage sonnig und heiß sind. Die Hochsaison der Krebse ist mit Ende August vorüber, doch werden Krebse aus „geschlossenen“ Gewässern während des ganzen Jahres verkauft.

Haushalt.

Vorteilhafte Verwendung von Orangen- und Zitronenschalen zur Bereitung von Mundwasser.

Anstatt die Schalen von Orangen und Zitronen einfach wegzuwerfen, empfiehlt eine Hausfrau, daraus ein vorzügliches, antiseptisches Mundwasser herzustellen, und zwar nach folgendem Rezept: Die Schalen werden klein zerschnitten, in eine entsprechend große, möglichst weithalsige Flasche eingefüllt, hierauf mit reinem Weingeist (Feinsprit) oder in dessen Ermanglung auch mit gutem, starkem Tresterbranntwein derart übergossen, daß die Schalen vollständig überdeckt werden. Die Flasche wird nun gut verkorkt und an einem kühlen, dunkeln Ort einige Wochen lang ruhig stehen gelassen. Nach dieser Zeit wird die Flüssigkeit (nun ein fertiger Zitronen- und Orangenschalen-Extrakt) von den Schalen abgesiebt und in eine reine Flasche gegossen. Von diesem Mundwasser wird jeweilen ein Theelöffel voll in ein Glas Wasser gegeben und damit der Mund ausgespült. Nach jedem Gebrauch die Flasche sofort wieder schließen! Dieses Mundwasser ist sehr angenehm und erfrischend und sehr wirksam. -r.

Gutes Tafelsalz kann sich jede Hausfrau leicht selbst auf folgende Art herstellen. Man nimmt etwa zwei Handvoll gewöhnliches Kochsalz und stellt es auf einem alten Teller dünn ausgebreitet in den Bratofen, im Winter in den warmen Zimmerofen, und zwar so lange, bis es vollständig trocken ist. Dann stößt man es in einem Mörser fein oder schlägt es in Ermangelung dessen in eine reine Serviette gut ein und reibt es darin mit dem Kartoffelstößel. Schüttet man es dann noch durch ein Sieb, so erhält man ein sehr feines, schneeweißes Tafelsalz, das die Hausfrau viel billiger zu stehen kommt, als das in den Läden gekaufte. Es muß aber bemerkt werden, daß der Ofen, worin das Salz zum austrocknen gebracht wird, nicht zu heiß sein darf, sonst wird dieses gelb. -r.

Dunkle Tuchjacken und andere Kleidungsstücke, die im hellen Sonnenlicht einen speckigen Glanz zeigen oder sonst unansehnlich aussehen, bürste man mit einer reinen Bürste, die in eine Mischung von 1 Eßlöffel Spiritus, 1/2 Theelöffel Salmiakgeist und 1 Liter Wasser getaucht wurde, bürste dann mit klarem Wasser nach und hänge die Gegenstände zum trocknen auf. W.

Küche.

Kochrezepte.

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

Gelbe Rübensuppe für 4 Personen. Bereitungszeit 2 1/2 Stunden. 300 Gr. Rüben, 50 Gr. Sellerie, klein geschnitten, 40 Gr. Zwiebelscheiben, 30 Gr. Schinkenwürfel, 1 Liter Wasser, 40 Gr. Butter, 15 Gr. Mehl, 20 Gr. Reis, 15 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt. Kochzeit 2 Stunden. Bereitungsweise: Das zerschnittene Gemüse wird in einem Teil des Wassers erst weich gekocht, und in dem anderen Wasser wird der Reis ausgequellt. Die Zwiebel-

scheiben und die Schinkenwürfel werden in der Butter so lange gekocht, bis alles Wasser verdampft ist, damit das Mehl hell geröstet und mit der Gemüsebrühe 10 Minuten ausgequellt werden kann. Diese Masse wird durch ein Haarsieb gestrichen, mit Liebigs Fleisch-Extrakt aufgekocht und mit dem Reis gemischt.

Beefsteak vom Nierstück. 1/2 Kilo Nierstück, 20 Gr. Butter oder Fett, 20 Gr. Kräuterbutter, Olivenöl. Nicht immer ist es möglich, Beefsteak vom Filet zu bekommen. Man kann aber auch andere Fleischstücke zart und schmackhaft auf folgende Weise zubereiten. Wenigstens 2 Cm. dicke Scheiben werden gut geklopft, wieder zusammengeschoben, mit Olivenöl bestrichen und 2 Stunden beiseite gestellt. In rauchheißem Fett rasch auf beiden Seiten gebräunt, im letzten Augenblick gesalzen, jedes Stück mit haselnußgroß Kräuterbutter belegt und sofort serviert.

Kräuterbutter. 40 Gr. Butter werden mit dem Saft einer halben Zitrone, einer Prise feinem Salz und Pfeffer und einem Theelöffel voll Schnittlauch und Petersilie gut durchgeknetet. Die Kräuterbutter soll in keiner Küche fehlen. Sie verbessert so manches Gericht, kann jedoch nur für einige Tage aufbewahrt werden.

Bohnen mit Schweinefleisch. Zeit 2 Stunden. 1 Kilo Bohnen, kleine, 1 Kilo Speck oder frisches oder geräuchertes Schweinefleisch, 30 Gr. Fett, 1/2 Liter Fleischbrühe. Die Bohnen werden am Bohnenhobel oder von Hand fein geschnitten, in das heiß gemachte Fett gebracht und tüchtig durchgeschüttelt, dann etwas von der Fleischbrühe zugegossen und das Fleisch zwischen hinein gelegt und gut zugedeckt. Frisches Fleisch wird zuerst ringsum angebraten. Von Zeit zu Zeit rütteln und etwas Fleischbrühe nachgießen. Auf schwachem Feuer dünsten. Im Selbstkocher vorzüglich. 1/2 Stunde Vorkochzeit. 3 Stunden Kocher.

Aus „Gritli in der Küche".

Feine Reispastete (für 4—6 Personen). Diese dient dazu, feine Ragouts, Mischgemüse u. s. w. aufzunehmen, welche man nicht auf einer Schüssel anrichten will. Dazu koche man 200 Gr. Reis in 3/4 bis 1 Liter Wasser, 100 Gr. Butter und etwas Salz stark an und lasse ihn dann langsam steif und weich ausquellen. Dann bearbeite man ihn so lange mit einer Holzkelle, bis alle Körner ganz zerdrückt sind, wirke ihn mit der Hand auf einem Brett zu zartem Teige, drücke diesen fest in eine gefettete ausgestreute Form von gewünschter Größe, stürze ihn auf ein Backblech und verziere die Oberfläche mit einer scharfkantigen Mohrrübe, die man öfter in Wasser oder Eiweiß taucht. Dann bestreicht man das Ganze mit einer Mischung von zerlassener Butter und Ei, bezeichnet oben, etwa fingerbreit vom Rande, durch einen Einschnitt den Deckel und bäckt die Pastete in heißem Ofen hellbraun. Dann setzt man sie behutsam auf eine Schüssel, nimmt nach Entfernung des Deckels den Reis aus dem Innern heraus, so daß ein etwa fingerdicker Rand bleibt, stellt die Pastete warm und füllt sie vor dem Anrichten. Den übrigen Reis verwendet man für eine Nachspeise.

Pommersche Bauernkartoffeln. 6 große Kartoffeln werden fein zerschnitten, mit 1 Liter gekochter Milch vermischt, 15 Gr. Salz, 1 Eßlöffel Eiweißpulver und 75 Gr. geriebener Käse hinzugetan. In gebutterter Form, mit Käse, Bröseln und Butter bestreut, kocht man das Gericht mindestens 45 Minuten im Reformkocher und bräunt es vor dem Anrichten schnell mit einer Kohlenschaufel.

Aus „Die harnsäurefreie Kost"
von Margarete Brandenburg.

Quittenschnitze mit Birnen. 500 Gr. Quitten, 1 Kilo Birnen, 1/2 Liter Wasser, 250 Gr. Zucker. Die zugerichteten Birnen und Quitten werden mit Wasser und Zucker 1 Stunde gekocht. Von wässerigen, wenig kräftigen Birnen kann man auf diese Weise ein wohlschmeckendes Gericht herstellen.

Pflaumenkaltschale. 1 Kilo Pflaumen, 250 Gr. Zucker, 2 Dezil. Wasser, 50 Gr. geriebenes Brot oder Zwieback, 1/2 Liter Milch, Zimt. Die Pflaumen werden mit Wasser und Zucker 1/4 Stunde gekocht, durch ein Sieb getrieben und mit dem Brot und Zimt vermischt. Wenn alles erkaltet ist, so quirlt man die Milch darunter. Statt Milch kann man auch alkoholfreien Wein nehmen.

Traubenkuchen. Geriebener Butterteig. Füllung: 1 Kilo Trauben, 100 Gr. geriebenes Brot, 50 Gr. Butter, 200 Gr. Zucker, 2 Eiweiß, 50 Gr. Mandeln, 2 Dezil. Rahm. Die Brosamen werden mit der warmen Butter und der Hälfte Zucker vermischt auf dem Teig gleichmäßig verteilt. Darauf gibt man die gewaschenen Traubenbeeren. Das zu steifem Schnee geschlagene Eiweiß mit dem übrigen Zucker, gemahlenen Mandeln und recht steif geschlagenen Rahm vermischt, wird als Guß über die Trauben gegeben.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Eingemachte Früchte.

Tomaten in Salz. Diese Zubereitungsart macht man erst im Spätjahr. Die festen Tomaten werden mit einem Tuche abgerieben und in Töpfe eingeschichtet, so daß sie möglichst fest aufeinander liegen. Dann bereitet man eine Salzwasserlösung, bis ein Ei obenauf schwimmt, kocht sie auf und gießt sie ganz erkaltet an die Tomaten, die mit einem Deckel so zugedeckt werden, daß sie immer unter Wasser sind. Auf diese Art eingemacht, halten sie bis im Frühjahr.

Eingemachte Melonen. 1 Kilogr. zubereitete Melonen, 1 Liter Weinessig, 1 Kilogr. Zucker. Reife, aber noch feste Melonen werden geschält, halbiert und mit einem silbernen Löffel ausgehöhlt. Davon schneidet man nun gleichmäßige Stengelchen, übergießt sie mit Weinessig und läßt dies über Nacht stehen. Am folgenden Tag gießt man den Essig gut ab, gibt den Zucker zu und läßt dies 3—4 Stunden stehen. Nun kocht man die Melonen im eigenen Saft, bis sie klar durchsichtig sind, füllt sie in Gläser und gießt den dicklich eingekochten Saft darüber.

Zwetschgen in Essig oder Wein. 1 Kilogr. große Zwetschgen, gut ½ Liter Essig, 500 Gr. Zucker, etwas ganzen Zimt. Man reibt die Zwetschgen sauber ab und stupft sie mit einer Nadel. Nun kocht man den Essig mit dem Zucker und ganzen Zimt etwa 5 Minuten und gießt ihn erkaltet an die Zwetschgen. Am folgenden Tag gießt man den Saft ab, kocht ihn ein, bis er Fäden zieht, und gießt ihn heiß auf die Zwetschgen. Am dritten Tag gießt man den Saft nochmals ab, gibt, wenn er kocht, die Zwetschgen lagenweise so lange hinein, bis sie aufspringen wollen, legt sie in die Gläser und gießt den dicklich eingekochten Saft darüber. Der Zimt wird nach dem letzten Kochen entfernt.

Moosbeerengelee. 1 Liter Saft, 1 Kilogr. Zucker. Man stellt die gewaschenen Moosbeeren mit wenig Wasser aufs Feuer, kocht sie weich, drückt den Saft durch ein Tuch und kocht ihn mit dem Zucker zu Geleedicke ein. Die Moosbeeren gelieren ziemlich schnell.

Apfelmarmelade. 1 Kilogr. durchgetriebenes Mark, 750 Gr. Zucker. Zu dieser Einmachart verwendet man Äpfel, die leicht verkochen und ein feines Aroma besitzen. Will man Marmelade von unreifen Äpfeln bereiten, so gibt man etwas Zitronensaft zu. Man wäscht die Äpfel, schneidet sie in kleine Schnitze, kocht sie mit wenig Wasser weich und drückt sie durch ein feines Sieb. Dem Mark gibt man nun den nötigen Zucker zu und kocht es unter Umrühren und Abschäumen zu Marmelade ein.

Aus „Die Zubereitung der Konserven“ von A. Kündig.

Sauerkraut. 20—30 Krautköpfe (Kabis), ½—¾ Kilo Salz, nach Belieben eine Hand voll Wachholderbeeren oder Pfefferkörner. Man läßt sich durch den Krautschneider die sauber gewaschenen und von den Stotzen befreiten Krautköpfe hobeln, knetet das Salz gut damit, daß das Kraut schon etwas weich wird, deckt zu und läßt es einige Stunden ruhig stehen. Dann wird eine reine Tonne (Ständchen) mit saubern, großen Kabisblättern ausgelegt und das Kraut lagenweise etwas eingestampft. Mit einem reinen Tuch bedecken, ein Brettchen darauf legen und mit einem Stein beschweren. Wenn nach zwei Tagen noch kein Wasser über dem Kraut steht, so ist etwas kalte Salzlake nachzugießen. Nach 4 bis 5 Wochen soll das Sauerkraut genießbar sein. Eine Hauptsache ist große Reinlichkeit beim Herausnehmen. Die Deckel werden entfernt und die Brühe abgeschöpft. Hat man das gewünschte Quantum herausgenommen, werden das mit kaltem Wasser gewaschene Tuch, Brett und Steine wieder darauf gegeben und zugedeckt.

Aus „Gritli in der Küche“.

Gesundheitspflege.

Die **Gewürze** spielen bekanntlich bei der Zubereitung der Speisen eine wichtige Rolle und werden daher von vielen als zu unserer Ernährung unentbehrlich hingestellt. Die Gewürze machen die Speisen zwar wohl schmackhafter, jedoch Nährstoffe enthalten sie nicht, oder doch nur in sehr beschränktem Maße. Sie können nur als Reizmittel bezeichnet werden. Sie verbessern die Gerichte und regen die Verdauung wohltätig an, wenn sie nur in kleinen Portionen den Speisen zugesetzt werden, in größern Mengen aber wirken sie direkt gesundheitsschädlich, indem sie die Verdauungs- und Geschmacksnerven überreizen und überhaupt auf das ganze Nervensystem einen höchst nachteiligen Einfluß ausüben. Viele langwierige schmerzhafte Magen-, Darm- und Nierenkrankheiten und andere Leiden sind auf einen übermäßigen Genuß von scharfen Gewürzen zurückzuführen! Darum halte man Maß im Würzen der Speisen und Getränke, und ziehe auch wo immer möglich unsere einheimischen Würzen und Suppenkräuter den scharfen, südländischen Erzeugnissen vor. -e-

Krankenpflege.

Die Kamille. Manche Krankheit läßt sich im Entstehen durch ein Hausmittel bekämpfen, während sie, unbeachtet und vernachlässigt, später viel Unruhe und Kosten verursacht. Ein solches Hausmittel ist die Kamille, die früher wegen ihrer unschätzbaren Eigenschaften viel benutzt wurde. Eine Zeit lang trat sie in der Medizin vor anderen modernen Mitteln in den Hintergrund, aber neuerdings ist das Interesse für unsere altbekannte Heilpflanze wieder gewachsen; sie wird selbst von modernen Ärzten in ihren Verordnungen häufig berücksichtigt. Vor allem ist die Kamille in der Kinderstube ein unentbehrliches Mittel. Säuglingen, die von Leibschmerzen gequält werden, flößt man einige Löffel wenig gesüßten

Kamillenthee ein und verschafft ihnen damit Erleichterung. Brechreiz und verdorbenen Magen bei Kindern bekämpft man sicher durch 1/2 Tasse Kamillenthee. Gegen Magenkrampf ist heißer Kamillenthee ein wirksames Mittel. Ein Kamillenfußbad ist bei Blutandrang nach dem Kopfe und bei Kopfschmerzen sehr wohltuend. Ein heißes Kamillenbad ist gegen Gliederreißen zu empfehlen. Heiße Kamillensäckchen leisten bei Geschwülsten gute Dienste. Auch in der Haarpflege findet die Kamille Verwendung. Waschungen mit dünnem Kamillenaufguß machen das Haar locker, weich und heller in der Farbe. In Anbetracht der vielseitigen Verwendbarkeit der Kamille sollte jede Hausfrau einen Vorrat davon im Hause haben. Getrocknet und in sauberen Leinenbeuteln luftig aufgehängt, ist sie oft ein Retter in der Not. F.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Über die Palmen schreibt Fr. Heinzelmann in „Krafts Haus- und Gemüsegarten": Diese Pflanzengattung steht bei allen Pflanzenfreunden in großem Ansehen. In der vornehmen Haltung ihrer prächtigen Blätter, die sich zu einer imponierenden Krone vereinigen, liegt eine Schönheit, wie sie keine andere Pflanze bietet. Ihr ganzer Bau prägt aus, daß sie allein stehen will, frei nach allen Seiten breitet sie ihre Blätter aus, weshalb sie auf einem Ständer stehend ihre volle Schönheit entfaltet. Es gibt eine Anzahl Palmenarten, die sich mit einer einfachen Kultur begnügen und sich somit als Zimmerpflanze sehr gut eignen. Einzelne Arten passen auch gut für den Garten.

Die härteste aller Palmen ist die Zwergpalme (Chamerops). Jeder kühle Raum genügt ihr zur Durchwinterung. Eine gute Zimmerpalme ist die Schirmpalme (Coripha australis). Bekannt sind auch die Dattelpalmen Phönix; die langen Fiederwedel sind meist gebogen. Schöne Sorten sind Phœnix reclinata und canariensis. Kentspalme (Kentia), sie eignet sich ebenfalls zur Zimmerkultur, besonders Kentia Forsteriana. Die Kokospalme liefert die bekannten Kokosnüsse; sehr zierlich zur Zimmerkultur ist die Cocos Weddeline Eine der schönsten aller Palmen und für die Zimmerkultur gut geeignet ist die Areca Baueri (Arekapalme).

Frage-Ecke.

Antworten.

73. Geistig arbeitende Menschen ohne genügende Bewegung sollen in erster Linie jede Magen-Gärung zu vermeiden suchen. Die **Mahlzeiten** sollen deshalb chemisch richtig zusammengestellt und schmackhaft zubereitet werden, wobei die passenden Gewürze nicht fehlen dürfen. Wichtig ist auch viel Abwechslung in den Menüs. Wenn Sie sich genau über das Thema informieren lassen wollen, kann ich Ihnen ein Kochbuch nennen, welches Ihre Frage gründlich beantworten wird.
Schlüsselblume,

74. Eine billige, ausgezeichnete **Konfitüre** stellt man folgendermaßen her. Man nimmt Rhabarber und Äpfel zu gleichen Teilen (nachdem man beides gewaschen, geschält und in kleine Stücke geschnitten hat) und auf je 500 Gr. dieser Mischung 375 Gr. Zucker, sowie auf je 1 1/2 Kilo den Saft einer Zitrone und die Hälfte der Schale, die in ganz kleine Stückchen geschnitten oder gewiegt wird. Alles wird zusammen mit etwas Wasser aufs Feuer gestellt und unter fleißigem Umrühren 30—40 Minuten gekocht. Im übrigen verfährt man mit dieser Konfitüre wie mit anderem Eingemachtem. Abonnentin.

75. Der Geruch aus **Zigarrenkistchen** läßt sich nur sehr schwer entfernen; lassen Sie sie eine Weile recht auslüften, vielleicht auch Frau Sonne ein bißchen in die leeren Dinger blicken, die vorher leicht gewaschen werden. Aber ganz wird der Geruch nie verschwinden. R.

75. Ganz geruchlos werden **Zigarrenkistchen** nie mehr. Ein Ausbrennen mit Spiritus, das man mir empfohlen hatte, um den Geruch zu vertreiben, hatte den gewünschten Erfolg nicht. Sie tun vielleicht gut, eine andere, starkriechende Substanz ein zeitlang darin aufzubewah en. F.

76. Waschen Sie die **Körbe** mit einer Bürste in lauwarmem Seifenwasser und lassen sie möglichst schnell trocknen, damit der Lack sich nicht auflöst. W.

77. Terpentin, in die Löcher gegossen, soll den **Holzwurm** vertreiben. F.

78. Zwei **Eierkisten** werden flach mit allen vier Ecken an handfesten, aufrecht gestellten Pfosten befestigt; Kiste 1 etwa in Höhe von 72 Cm., Kiste 2 etwa in Höhe von 135 Cm. Das gibt ein schönes Gestell als Obsthürde und zugleich oben für Einmachgläser. Die Maße kann man natürlich nach Bedürfnis nehmen und eventuell drei Eierkisten verwenden. Hausfrau.

78. Wenn Sie genügend **Kisten** von ca. 50 Cm. Höhe und 80—100 Cm. Länge haben, können Sie solche auf- und aneinandernageln, so daß ein Gestell daraus wird für Obst etc. Andere Kisten mit Deckel lassen sich für vor den Mäusen abzuschließende Dinge als Schrank verwenden, indem man mittelst Draht und Nägeln eine Art einfaches Scharnier macht. Alpenrösli.

79. Am hübschesten kann so ein **Stübchen** werden, wenn man von einerlei Stoff, z. B.

gelbem oder hellblauem Satin oder auch einfach nur Möbelstoff in schöner Farbe, Vorhänge, Bettdecke, Kommodendecke und um eine große Kiste, die man um und um mit demselben, in Falten gezogenen Stoff behängt, als Waschtisch, und eine sehr schmale Kiste, ebenso garniert, als Nachttisch herstellt. An der Wand hinter dem Waschtisch kann man, in schönen Falten herabhängend, auch ein Stück vom selben Stoff anbringen, in dessen Mitte man den Spiegel hängt. Wenn ein Tisch vorhanden ist, kann er dieselbe Decke erhalten, um und um mit einem Volant, der sich auch hübsch an den Vorhängen ausnimmt. So ein Stübchen macht in all seiner Einfachheit einen harmonischen Eindruck. Sache des guten Geschmacks ist es, alles gefällig zu stellen und hie und da ein Bild und eine Photographie und Nippgegenstände anzubringen.

Alpenrösli.

79. Wenn das Dachzimmer tapeziert ist, so läßt es sich nett als **Fremdenzimmer** herrichten. Sie lassen vom Schreiner in eine Ecke ein Brett machen, das vorn herum abgerundet ist und so befestigt wird, daß es als Kleiderbehälter dienen kann. Auf das Brett, das wie eine Eck-Etagère aussieht, können die Hüte gelegt werden, innen befestigen Sie Schrauben, an die die Kleider gehängt werden. Um den abgerundeten Rand bringen Sie kleine Ringschrauben an, in die ein Tuch eingehakt wird, das die Kleider schützt und versteckt. Das Tuch würde ich aus Waschstoff machen und mit einer derben Kreuzstich- oder einer andern Stickerei versehen. Eine Kiste, die ca. 90 Cm. lang ist, wird der Höhe nach genommen, auf die Schmalseite ein festes Brett, eventuell der Deckel geschraubt und mit Wachstuch überzogen, damit es den Waschtisch ersetzt. In der Kiste können Abteilungen angebracht werden, die zur Aufnahme von Kleinigkeiten und der Schuhe dienen. Um das Brett herum zieht sich wieder ein wie beim Eckbrett befestigtes Tuch, das mit Stickerei verziert ist. Ein kleines Toilettekissen an der Wand, ein Rückenkissen auf einem Stuhl vervollständigen die Einrichtung. Vielleicht haben Sie noch eine Etagère, die sich aus mit Stoff überzogenem Karton herstellen ließe, einige Blumen, um das Zimmerchen wohnlicher zu machen. Die bunten Resten dienen für Kissen etc. Sind dann noch frische, vielleicht bunte Vorhänge am Fenster, dann haben Sie sicher ein freundliches Fremdenzimmer. R.

79. Mit unserem **Fremdenzimmerchen** (Mansarde) haben wirs folgendermaßen gemacht. Eine saubere Kiste, 76 Cm. hoch, 65 Cm. breit, 37 Cm. tief, bildet den Waschtisch. Breite und Tiefe dürften größer sein. Die drei Außenfronten deckt eine waschbare Kattungardine. Obenauf liegt ein weißmarmoriertes Wachstuch, an der Wand darüber hängt ein Spiegel. Da uns ein Schrank zu teuer war, fertigte ich folgende Garderobe für den Gast. Eine handfeste Kiste, 63 Cm. breit, 33 Cm. tief und 33 Cm. hoch, hängt in entsprechender Höhe an der Wand, die Öffnung, gerade wie bei der Waschkommode, nach vorn. Im unteren Brett sind die Haken für die Kleider eingeschraubt. Um die drei Außenfronten herum, in Quetschfalten gelegt, ist die Gardine befestigt, die die Kleider des Gastes schützt; sie reicht bei uns bis auf 10 Cm. bis zum Fußboden. In der Kistenöffnung steht bei uns eine Reihe Bücher. Die Wände dieser Kiste kann man bemalen, altblau, mit einer roten Blume drin, nach Art der alten Bauerntruhen, oder verkleiden mit Tapete oder dergleichen. — Der Schuhschrank (Nachtschränkchen) ist ebenfalls eine rohe Kiste, 83 Cm. hoch, 31 Cm. tief, 41 Cm. breit, und innen durch zwei Querbretter in drei Fächer geteilt. An den drei Außenfronten wieder der Stoffbehang, obenauf ein Deckchen und der Lichthalter. Ein Bett, zwei Stühle und ein Tisch waren da. Wenn nun alles schön sauber ist und der Gast Ordnung in seinen Sachen hält, ist es ein freundliches Zimmerchen, dessen Ausstattung ihren Zweck gut erfüllt. Bei uns tut sies seit 6 Jahren und wir haben viele Besuche gehabt. Die Kisten kaufen Sie bei Ihrem Spezereihändler oder Ihrer Konsumfiliale. — Die Gardinen an Schuhschrank und Waschkommode können mittelst durch den Saum gezogener Bindfäden an kleinen, breitköpfigen Nägeln festgebunden werden. Man hebt auch die Stangen von alten Regenschirmgestellen auf und benutzt sie als Gardinenstangen (auch für Scheibengardinen am Fenster), indem man ein Ende 1 Cm. rechtswinklig biegt und die Gardine im Saum durchsteckt.

Sollte ich mich unklar ausgedrückt haben, so bin ich zu weiteren Auskünften gerne bereit.

Hausmütterchen.

Fragen.

80. Würde mir eine erfahrene Hausfrau sagen, welche Art **Untermatratze** sie als die beste und angenehmste betrachtet und event. eine Bezugsquelle hiefür angeben können? Sind Bettstellen in Nußbaum- oder Eichenholz mehr zu empfehlen? Abonnentin.

81. Gibt es ein Mittel gegen den **Hausschwamm**, der sich überall im Haus an feuchten Orten einnistet? Für diesbezügliches Abhilfsmittel wäre ich sehr dankbar.

Alte Abonnentin.

82. Könnte mir eine werte Mitabonnentin ihre Erfahrungen betr. Verwendung flüssiger **Luzyf-Bodenwichse** in farbig für Tannenböden und farblos für Linoleum mitteilen? Ich möchte gerne einen Versuch damit machen; habe schon mancherlei probiert, war aber wenig befriedigt. Für gütige Antwort wäre ich sehr dankbar. Abonnentin in Zürich 4.