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

Band: 23 (1916)

Heft: 9

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

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

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich .·. **Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich**

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

Nr. 9. XXIII. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern **Zürich,** 15. April 1916.

Ein Jubellaut der Lerchenkehle,
Ein Finkenruf vom kahlen Baum
Trägt dir hinein schon in die Seele
Des ganzen Lenzes Wonnetraum.
Halt nur nicht selbst im Wahn verriegelt
Dein Herz dem Glanze, ders erhellt,
Nur wie in deinem Blick sich spiegelt
Die Welt, so ist für dich die Welt.

Rittershaus.

Ostergaben.

Von Käthe Damm.

(Nachdruck verboten.)

Weihnachten hat zwar noch immer den Ruhm des hauptsächlichsten Geschenkfestes, aber seit einigen Jahren machte Ostern auch Anstrengungen, als allgemeines Geschenkfest zu gelten. War Weihnachten zunächst nur ein Fest, an dem man die Kinder beschenkte, eine Sitte, die sich später auf die Erwachsenen übertrug, so galt das Beschenken zu Ostern — aus mit Eiern — in frühester Zeit im Ursprungslande dieser Sitte, im Orient, nur für Erwachsene. Dort und von da aus nach Rußland sich verpflanzend, sind die in Eiform dargebotenen, oft kostbaren Geschenke für die Großen, stets üblich geblieben. Dagegen war hiezulande, neben den Eierspielen, das Eierverstecken nur für die kleine Welt vorgesehen. Erst vor einigen Jahren hat sich die Sitte, sich gegenseitig zu beschenken, an manchen Orten auch bei den Erwachsenen eingeführt.

Eine vielseitige und höchst ausgebildete Fabrikation sorgte dafür, daß die Geschenke entweder in Eiform, in Atrappen von Eiform oder in Hinblick und Erinnerung an andere Ostersymbole, z. B. Osterhasen oder Osterglocken, sich auch als „österliche" Gabe darstellen. Es dürfte kaum irgend ein Gewerbe oder Handwerk oder Kunsthandwerk oder irgend eine Kunst geben, die sich nicht an der Herstellung von Ostergeschenken beteiligt hätte. Jedes Material, von der einfachsten Pappe, dem schlichtesten Holz, dem gröbsten Korbweidengeflecht an bis zur feinsten Bronze, zum herrlichsten Porzellan oder Kristall, zu Silber und Gold mußte sich die Verarbeitung zum Osterei gefallen lassen. Und wiederum kamen die Eier, auch die einfachen, oft als Hülle für besonders schöne und teure Geschenke zur Verwendung.

Das Osterei von Karton oder Glas oder Holz oder Korbgeflecht hat mit der gewöhnlichen Atrappe keinerlei Verbindung. Selbst das große hohle oder in zwei Teile zerlegte Osterei von Schokolade muß sich noch eine Füllung mit anderen guten Dingen gefallen lassen, die oft in geradezu überraschend geschmackvoller Anordnung zu sehen sind.

Heutzutage, da Einschränkung wohl überall geboten erscheint, wird sich das praktische Ostergeschenk bewähren. Man kann da der Speisekammer der nahen Verwandten oder guten Bekannten, der sorgenden Familienmutter, wie der alleinstehenden Frau oder des Junggesellen

manche kleine und doch so willkommene Bereicherung angedeihen lassen. Dazu eignen sich die in hübscher Verpackung käuflichen eingemachten Früchte und Gemüse, Fleischwaren, Dörrfrüchte aller Art, deren Zusammenstellung im eiförmigen grobgeflochtenen Korb durchaus nicht schwierig ist. Wie das Weihnachts-Stillleben durch Tannenzweige weihnachtlich sich einführt, so schmückt man das österliche mit einigen Stielen Palmkätzchen oder Frühlingsblumen.

Da die praktische Frage neuerdings große Fortschritte gemacht hat, so wird auch der traditionelle Osterkuchen jedenfalls überall da, wohin Liebe und Freundschaft ihn als Gabe sendet, Freude erregen.

Wenn die Torten auch nicht gut in Eiform gebacken werden können, so wird doch als Verzierung das Ei bevorzugt, man sieht halbe Fondanteier oder Marzipan-Schokoladeneier oder eiförmig geschnittene Fruchtpasten oft in reizender Anordnung auf der einfachen runden Torte, auf der die Inschrift „Fröhliche Ostern" nicht fehlen darf. Auf mit Spitzenpapier sorgfältig belegter Papplatte mit Osterglocken und kleinen Palmkätzchenzweigen umkränzt, ist auch der beliebte Osterfladen eine Ostergabe da, wo ein anderes Geschenk nicht angebracht erscheint. Neben dem Osterei und dem Osterhasen, der oft als eine festlich-symbolische Zugabe, bei Bonbongeschenken für Kinder auch als beliebte Hülle in Erscheinung tritt, haben sich neuerdings auch die Osterglocken gefunden. Allerdings können sie den Wettbewerb nur als symbolische Zugabe aufnehmen. Ihre symbolische Deutung hat erst die neue Zeit beachtet, denn die ernste Sitte der alten christlichen Kirche, die die katholische Kirche heute noch ehrt, ließ die Kirchenglocken schweigen während der Tage, da der Heiland im Grabe lag.

Kein Fest darf ohne Blumen und Blumengaben sein und ganz gewiß Ostern nicht, das Fest der Auferstehung der Natur. Gilt zum Palmsonntag das schlichte Palmreis, der Weidenzweig mit den silbrigschimmernden Knospen als passend, so sind neuerdings zu Ostern selbst die sogenannten Osterlilien besonders beliebt.

Man läßt wohl hin und wieder auch einen Blumengruß, z. B. aus Veilchen oder bunten Hyazinthenblüten in die Eiform bannen, aber im allgemeinen hat die schöne Kunst zwanglos-reizende Anordnungen frischer Blumen zusammenzustellen, Mittel und Wege gefunden, auch ohne Eiform den Blumengruß als Ostergruß zu symbolisieren, der doch immer, wie jedes freundliche Geschenk den Wunsch in sich schließt: Fröhliche Ostern — trotz der schweren Zeit, die wir durchleben.

Selbstgesuchte Nahrungs- und Genußmittel in Feld und Wald.

Von Dr. Traenhart.

(Nachdruck verboten.)

Unschätzbar sind die Reichtümer, welche die gütige Mutter Natur in jedem Jahre von neuem aus der Erde für uns hervorwachsen läßt. Wurzeln, Blätter und Früchte bieten sich uns vielfach als wertvolle Nahrung dar oder als schmackhafte Würzen zur besseren Bekömmlichkeit unserer Speisen und Getränke. Von unsern Voreltern wurden die gesunden Naturgaben hoch geschätzt und gern benutzt. Aber wir mit unsern vielfach übertrieben verfeinerten Geschmacksansprüchen haben das gesundere Einfache fast ganz vergessen. Daher ist es wohl angebracht, namentlich in so teueren Zeiten, wieder hinzuweisen auf die vielen bekömmlichen Nahrungs- und Genußmittel, die jeder sich selbst suchen kann in Feld und Flur, in Wald und Wiese.

In den ersten Tagen des Lenzes erscheinen überall die gezähnten Blättchen des Löwenzahn. Sie geben einen zarten, gesunden Salat, können aber auch als Gemüse und zu Kräutersuppen gut verwendet werden. Noch kräftiger schmeckend, aber nicht so häufig vorkommend, sind die Rapunzel und der Feldsalat, die mit Rührei oder weichen Eiern eine nahrhafte Mahlzeit bilden.

Leider sehr wenig benutzt wird die große Brennessel. Die wehrhafte Ausrüstung der mit Ameisensäure gefüllten Brennhaare macht sie so unbeliebt. Und dabei geben die jungen Triebe, Sprossen und Blätter einen ganz vorzüglichen Spinat, entweder für sich allein oder als Zusatz zum Gartenspinat, um diesen zu „strecken". Auch kann man sie jeder Suppe zur Erhöhung des Wohlgeschmackes beifügen. Vor dem Zurichten in der Küche werden die Blätter mit einem Guß heißen Wassers überschüttet, was die Brennhaare unschädlich macht.

An Quellen, Bächen und Gräben findet man vielfach die beliebte Brunnenkresse, deren junge Frühlingsblätter einen würzigen, kräftigen, erfrischenden, äußerst gesunden Salat geben.

Auf Wiesen und in Wäldern allgemein verbreitet wächst eine andere schmackhafte Gemüsepflanze: Der Sauerampfer. Er ist zur Bereitung von Salaten, Suppen, Gemüsen, Saucen ganz vorzüglich, besonders im Frühjahr, obschon die Blätter auch den ganzen Sommer hindurch verwendet werden können.

Alle diese Frühlingspflanzen eignen sich, beliebig mit einander vermischt, auch sehr gut zu den nährsalzreichen Kräutersuppen.

Schon von den ersten Frühlingstagen an sieht man überall auf Wiesen die Sumpfdotterblume ihre gelben Blüten entfalten. Die noch jungen grünen Knospen geben, in Estragonessig eingelegt, schmackhafte Kapern, die zur Verfälschung der echten dienen. Auch ist wenig bekannt, daß man sich ebenfalls gute Kapern aus den Samenkörnern der Kapuzinerkresse bereiten kann, die vielfach in Gärten und auf Balkonen angepflanzt wird. Man salzt die Samenkörner ein wenig, läßt sie einige Tage stehen, reibt sie dann mit einem Tuche ab und füllt sie in ein Glas mit kaltem Essig und etwas fein geschnittenem Meerrettich. Sie bilden eine ganz vorzügliche Würze zu Saucen u. dergl.

Sehr zahlreich sind die Pflanzen, deren Blätter oder Blüten man zu Thee verwendet. Wir können uns in unserer Heimat jedes Jahr frische Theekräuter der verschiedensten Arten pflücken und jeder kann sich nach seinem eigenen Geschmack eine beliebige Mischung herstellen. Sehr wohlschmeckend ist eine Mischung der jungen Blätter von Walderdbeeren, Brombeeren und Waldmeister. Später im Sommer gibts dann Pfefferminze, Kamillen, Lindenblüten, Holunderblüten (Fliederthee) usw.

Alle Blätter zu Thee trocknet man im Schatten, nicht in der Sonne, und hebt sie am besten in kleinen, zugeschnürten Säckchen auf, die man in einer Bodenkammer luftig aufhängt. Dagegen trocknet man alle Früchte (z. B. Hagebutten) in der Sonne, und hebt sie dann auch in Säckchen auf.

„Wetterschmerzen" der Verwundeten und Kranken.

Von Dr. Gerner.

(Nachdruck verboten.)

Ein junger Mann, dem wegen eines schweren Unterschenkelbruches das Bein am Knie abgenommen wurde, äußerte im Krankenhause gelegentlich scherzweise, er brauche kein Barometer, er sage das Wetter aus den Schmerzen in seinem Beinstumpfe voraus. Und in der Tat kündigte er während seines mehrmonatigen Krankenhausaufenthaltes jede Änderung des Wetters zum Schlechten stets richtig an.

Ein Arzt hatte eine große Wundnarbe am Oberschenkel, die sich nach seiner Aussage vor Eintritt von Regen durch heftig ziehende und zuckende Schmerzen bemerkbar machte.

Diese beiden Fälle gehören zu den ärztlich beglaubigten Beispielen für die im Volke allgemein verbreitete Behauptung, daß viele Verwundete in ihren Amputationsstümpfen oder in größeren Wundnarben vor dem Eintritt von schlechtem Wetter heftige Schmerzen in diesen fühlen. Dasselbe gilt auch besonders noch für manche Rheumatiker und an Hüftweh (Ischias) Leidende. Wie feinfühlig solche „Barometernaturen" sind, beweist folgender Fall. Ein Instrument, welches die leisesten Luftdruckschwankungen angibt, ist

das Variometer (schwankender Petroleumtropfen). In einem Krankenhause gab nun ein Patient, der an äußerst schmerzhaftem Hüftweh litt, genau dann heftig schmerzende Stiche an, wenn das Variometer eine Luftdruckschwankung zeigte, ohne daß man am gewöhnlichen Barometer schon eine Änderung sehen konnte. (Selbstverständlich wurden bei allen diesen ärztlichen Beobachtungen die betr. Kranken genau überwacht, so daß sie von barometrischen Schwankungen nie Kenntnis erhielten.) Besonders beweiskräftig ist der Fall eines an Rheumatismus leidenden Mannes, von dem es in dem Bericht eines Krankenhauses heißt: „Überraschend war es uns Ärzten, als er einmal bei der Hauptvisite, während draußen hell und warm die Sonne schien, über Schmerzen im rechten Bein klagte und schlechtes Wetter prophezeite; wirklich war das Barometer von 720 auf 714 gefallen und nach wenigen Stunden trat der Wettersturz ein."

Auch unter den an Gicht, Neuralgien, chronischen Gelenkbeschwerden oder Lähmungen leidenden Personen gibt es vielfach Wetterpropheten. Wie lange Zeit vor einem Witterungswechsel die Schmerzen sich einstellen, ist sehr verschieden; manche Patienten geben einen ganzen Tag an, manche wieder nur wenige Stunden. Besonders heftig tritt das Reißen und Stechen auf vor Schneegestöber, Gewitter, heftigem Regen. Alle Kranken betonen, daß, sobald das schlechte Wetter wirklich gekommen ist, die Schmerzen schnell nachlassen; „wenn die ersten Regentropfen fallen, tritt sofort Linderung ein." Dagegen wird das Steigen des Barometers, d. h. der Umschlag des schlechten Wetters zum schönen, sonnigen, von Kranken nie empfunden.

Die Wissenschaft hat noch nicht feststellen können, ob an diesen Schmerzgefühlen hauptsächlich der Luftdruck oder Feuchtigkeitsgehalt oder die atmosphärische Elektrizität schuld ist.

Übrigens gibt es auch unter gesunden Menschen manche empfindsame, wetterfühlende Naturen. Namentlich bei den Blinden finden sich solche. Der Direktor des Blinden-Instituts in Budapest, Karl von Herodek, schreibt darüber: „Immer trifft sich unter den total blinden Kindern eines, das ein wahrer Wetterspion ist und das seine Genossen in frühen Morgenstunden mit der Ausforschung des Wetters betrauen.

Daß die Witterungsverhältnisse überhaupt auf unser körperliches und geistiges Wohl und Wehe Einfluß ausüben, weiß wohl fast jeder aus eigener Erfahrung. Bei heiterem Wetter sind wir heiter und unternehmungslustig, bei trübem Wetter trübe gestimmt und unlustig. Zartbesaitete, feinfühlige Menschen empfinden dies in ganz besonderem Maße. Der Dichter-Philosoph Nietzsche schreibt an seine Schwester: „Das schlimmste ist ein mir persönlich im höchsten Grade nachteiliges Wetter: ich bin im buchstäblichen Sinne bei bedecktem Himmel und heranziehenden Wolken ein ganz anderer Mensch, schwarzgallig und böswillig gegen mich, auch gegen andere."

Von Goethe wird berichtet, daß er „in ungewöhnlichem Maße unter den Unbilden der Witterung litt und zu den Menschen gehörte, die den Barometerstand unmittelbar empfinden." An Eckermann schreibt er: „So arbeite ich bei hohem Barometerstand leichter als bei tiefem." Und in seinen „Elegien" heißt es: „Denn mir bleiben weit mehr die Nebel des traurigen Nordens, als ein geschäftiges Volk südlicher Flöhe verhaßt."

Haushalt.

Alte Kartoffeln bekommen beim Kochen leicht ein schwärzliches und dadurch ein unappetitliches Aussehen. Das Schwarzwerden alter Kartoffeln wird jedoch verhütet, wenn man dem zum Abkochen bestimmten Wasser ein paar Tropfen Essig zusetzt.

Schlechte, wässerige Kartoffeln, in denen das Stärkemehl nicht ausgebildet ist, kann man verbessern, wenn man sie, sobald sie fast weich gekocht sind, vom Feuer nimmt, abgießt und ohne Wasser wieder aufs Feuer setzt, ohne den Topf zuzudecken. Die ihnen anhaftende Feuchtigkeit verdampft dann bald, während welcher Zeit man den Topf mit den Kartoffeln oftmals schütteln muß, damit der Inhalt nicht anbrenne, sondern schön mehlig werde.

Eiweiß soll man nicht lange stehen lassen, weil es leicht verdirbt und dann giftig wirkt, Lähmungs- und Schwächezustände und Übelkeit hervorruft. Man kann es nur für späteren Verbrauch aufheben, wenn man es frisch „trocknet". Man überstreicht dazu flache Teller äußerst dünn mit feinem Öl und gießt dann eine dünne Schicht von frischem Eiweiß darauf, die man an einer lauwarmen Stelle trocknen läßt. Erst wenn die Schicht ganz trocken ist, gießt man wieder etwas Eiweiß hinzu, läßt dies aufs neue trocknen usw. Das getrocknete Eiweiß läßt sich leicht vom Teller abheben; es wird in kleinen Stücken aufbewahrt und hält sich ziemlich lange. Zum Gebrauch wird ein Teil in kaltem Wasser aufgelöst. Aus „Hauswirtschaftliche Ratschläge" von M. Kasbaum.

Küche.

Kochrezepte.

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

Grüne Milchsuppe auf russische Art. Jungen, in Salzwasser weichgekochten Spinat hackt man möglichst fein, kocht ihn mit 1½ Liter Milch, 50 Gr. Fett, etwas Salz und 3 Eßlöffel voll geriebener Semmel ungefähr 10 Min. lang, gießt wenig süßen Rahm zu und richtet die Suppe mit verlorenen oder auch hartgekochten, geschälten und halbierten Eiern an. In Rußland gibt man Schinken, geräucherte Fische oder geräucherte Wurst dazu.

Gitzi-Ragout. Zeit 1 Stunde. 1 Kilo Hals, Brust, Leber oder Nieren, 50 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 1 Karotte, 1 weiße Rübe, 1 Kochlöffel Mehl, 3 Dezil. Fleischbrühe, 2 Löffel saurer Rahm, Zitronensaft, Salz. Das Fleisch in Vorlegestücke zerschneiden, mit den zerschnittenen Zwiebeln und dem Gemüse in dem heißen Fett anbraten, das Mehl darüber streuen und zugedeckt dünsten. Nach 20 Minuten die Fleischbrühe und den Rahm dazu geben und unter Umwenden noch vollends gar dämpfen. Die Zutaten müssen das etwas fade Fleisch kräftiger machen.

Bratwurst mit Senfsauce. Zeit ¾ Stunden. 4 Bratwürste, 40 Gr. Fett, 1 Kochlöffel Mehl, 2 Deziliter Weißwein oder Fleischbrühe, 1 Eßlöffel Senf, 1 Prise Zucker, Zitronensaft, Salz. Die Bratwürste werden durch warmes Wasser gezogen und vorsichtig abgetrocknet, die Hälfte des Fettes zergehen lassen (nicht heiß) und die Bratwürste rings braun anbraten. Dann bereitet man in einer andern Pfanne folgende Sauce: In der andern Hälfte des Fettes wird das Mehl geschwitzt bis es schäumt, der Senf darunter gemischt, mit Flüssigkeit abgelöscht und mit den obigen Zutaten gewürzt. Man läßt die Bratwürste noch ein bißchen ziehen in der Brühe, aber ja nicht kochen, wodurch sie hart würden. Aus „Gritli in der Küche".

Capo magro (italienisch). Dient als Fastenspeise, bei größeren Mahlzeiten als Zwischengericht. Man bereitet in einer Schüssel gewöhnlichen Kartoffelsalat. Hernach schneidet man gekochte Karotten (Rübli), Sellerie (Wurzel oder Stengel), rote Rüben (Randen), grüne gekochte Bohnen und nach Belieben auch Gurken, auch das Weiße von zwei hartgekochten Eiern und ein Eidotter, jedes extra in kleine Würfel. Darauf mischt man alles mit dem Kartoffelsalat Von jedem entfernt man etwa zwei Löffel voll zum Garnieren. Ein beliebiger Fisch von 500 Gr. wird blau gekocht, d. h. in Wasser mit Zusatz von Salz, etwas Essig, Zwiebeln, Lorbeerblatt, Karotten, Sellerie und Pfefferkörnern. Man setzt ihn kalt zu und wenn er zu kochen beginnt, stellt man ihn auf ca. ¼ Stunde beiseite. Dann hebt man ihn sorgfältig auf eine Platte, läßt ihn erkalten, entfernt den Kopf und die Schwanzflosse möglichst unbeschädigt. Den übrigen Fisch befreit man von den Gräten. Inzwischen hat man auch eine Mayonnaise gemacht. Nun gibt man eine Lage von dem gemischten Salat auf die Platte, bedeckt mit Mayonnaise, gibt die schönen Fischstücke darauf und bestreicht auch diese mit der Sauce. Dann deckt man mit dem übrigen Salat, steckt vorne den Kopf und hinten die Schwanzflosse dazu, daß es aussieht, als wäre der ganze Fisch da. Man belegt die Masse mit Mayonnaise und garniert mit den übrigen Gemüsen, harten Eiern, Sardellen, Gurken u. s. w.

Aus „100 gute, billige Kartoffelspeisen" von S. Senn.

Sauerampfer à la crême. Der Sauerampfer wird von den Stielen gestreift und wie Spinat weichgekocht und fein gehackt. In reichlich heiß gemachtem Fett röstet man 30 Gr. Stoßbrot gelb, gibt den Sauerampfer hinzu, dünstet ihn kurze Zeit damit und gießt etwas Milch oder sauren Rahm an und kocht das Gemüse unter beständigem Umrühren einige Minuten darin. Dann salzt man es und legiert es mit zerquirltem Eidotter. Man gibt zu Sauerampfergemüse Lammkoteletten, gedämpftes oder gebratenes Lammfleisch, verlorene Eier etc.

Saure Eier mit Polentaschnitten. In einer flachen Emailbratpfanne, die man zur Not auch auf den Tisch geben kann, wird Butter oder Schmalz heiß gemacht und eine gewiegte Zwiebel mit einer Handvoll geriebenem Brot gelb geröstet. Dies löscht man mit einem Glas halb Essig, halb Wasser ab und schlägt, wenn der Essig kocht, soviel Eier als man benötigt, sorgfältig hinein, salzt sie und würzt das Ganze mit 1 Prise Pfeffer

und etwas Muskatnuß. Sobald die Eier fest sind, nimmt man die Pfanne vom Feuer, stellt sie auf einer Platte auf den Tisch, oder man hebt die Spiegeleier auf eine Platte heraus und gibt die Sauce darüber. Dazu serviert man die gebackenen Scheiben einer frisch bereiteten oder übriggebliebenen steifen Polenta. Eine sehr nahrhafte und schmackhafte Speise.

Aus „Bruschga" von Frau Wiget-Thoma.

Rhabarbercrême. 1 Kilo Rhabarberstengel, 1 Liter Wasser, 500 Gr. Zucker, 1 Zitrone, 2 Eier, 20 Gr. Mondamin oder Reismehl. Die gewaschenen Rhabarberstengel werden in kurze Stückchen geschnitten und mit Wasser und Zucker 10 Minuten gekocht. Dann läßt man den Saft durch ein Sieb ablaufen und was zurückbleibt, kann man zu anderem Zweck verwenden. Nun werden die Eier in der Pfanne gut zerquirlt, mit dem Saft der Zitrone und der abgeriebenen Schale vermischt. Dann rührt man das Mondamin sorgfältig dazu und ebenso den Rhabarbersaft und läßt die Crême unter beständigem Rühren noch fast bis zum Kochen heiß werden, nimmt sie aber vom Feuer, bevor sie siedet und läßt sie erkalten.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Osterfladen. Die Form wird mit Kuchenteig ausgelegt. 60 Gr. schöner Reis wird mit 1/2 Liter Milch zu dickem Brei gekocht, (nur wenig rühren, damit der Reis soviel wie möglich ganz bleibt). Wenn erkaltet, rührt man 3 Eier, 125 Gr. Zucker, 30 Gr. fein gehackte Mandeln darunter und zuletzt 30 Gr. flüssige Butter und 1/3 Liter Milch. Die mit dem Teig belegte Form bestreut man mit gut gereinigten Weinbeeren und Rosinen, schüttet die Masse darauf und bäckt heiß.

Aus „Konditorei im Haushalte".

Gesundheitspflege.

Grüne Schmierseife ist ein erfolgreiches Mittel zum vertreiben von Warzen. Man streicht eine kleine Menge, welche gerade die Warze bedeckt, auf ein leinenes Läppchen und legt dieses auf. Wem das Tragen hinderlich ist, der wende das Mittel nur nachts an. Die Warze wird durch die Seife vollkommen erweicht und läßt sich schließlich mit dem Fingernagel abheben.

Über das Brennen der Haare schreibt Dr. Orlowski in seiner Broschüre „Schönheitspflege": Es wird nicht viel schaden, wenn es nicht bei nassem Haar und nicht mit zu heißem Eisen (Papier zwischen dem Eisen darf nicht gelb werden) vorgenommen wird. Ans Gesicht gehalten, soll das Eisen nur als angenehm warm empfunden werden, nicht als heiß, und es soll kein zu starkes Umdrehen der Haare um das Brenneisen vorkommen. Dunkles Haar wird am besten glatt getragen, blondes sieht gekräuselt besser aus. Man kann das Haar übrigens ohne heiße Brennschere morgens kräuseln, wenn man es mit einer klebrigen Lösung anfeuchtet. Solche klebrige Lösungen nennt man Bandolinen oder Brillantinen. Sie sind in Apotheken und Drogerien erhältlich.

Krankenpflege.

Zu den organischen **Herzerkrankungen** gehören die Herzklappenfehler, bei welchen die Herzklappen mangelhaft funktionieren und besonders einem erhöhten Blutdruck nicht standhalten. Entzündungen des Herzens und des Herzbeutels sind häufig eine Begleiterscheinung der Entzündung benachbarter Organe, der Lunge und des Brustfells sowie des Gelenkrheumatismus. Mit Herzbeutelwassersucht bezeichnet man die Absonderung und Ansammlung einer wasserhellen Flüssigkeit im Herzbeutel, die meist als eine Begleiterscheinung der allgemeinen Wassersucht auftritt. Blutvergiftungen entstehen durch den Genuß giftiger Stoffe und durch Einatmen giftiger Gase. Die Pflege des Herzens und des Blutes besteht hauptsächlich in der Bewahrung vor schädlichen Einflüssen, in richtiger Ernährung des Blutes und der Stärkung der Herzmuskeln. H. Laue empfiehlt in seiner „Hauswirtschaftslehre" die Beachtung folgender Regeln:

1. Stärke die Herzmuskeln durch planmäßige Übungen (Fußwanderung, Bergsteigen, Rudern, Schwimmen). 2. Vermeide jede Überanstrengung, besonders beim Tanzen, Radfahren, Laufen. 3. Sorge durch richtige Ernährung für gesundes Blut und vermeide den Genuß geistiger Getränke. 4. Hüte dich vor heftigen Gemütsbewegungen, namentlich Schreck, Ärger, Zorn. 5. Vermeide jeden Blutverlust. 6. Fördere den Blutkreislauf durch Bewegung in reiner Luft und tiefes Atmen. 7. Hindere den Blutkreislauf nicht durch Einschnüren, besonders durch enge Halskragen, Strumpfbänder, Gürtel.

Kinderpflege und -Erziehung.

Die erste Wohltat, die dem Neugeborenen erwiesen wird, ist das Bad. Gib es immer am Morgen und nie nach einer Mahlzeit. Erlaube nie, daß dein Kind ohne genaue Wärmemessung des Wassers gebadet werde. Man bildet sich wohl gewöhnlich ein, in der Schätzung der Wassertemperatur so viel Übung zu bekommen, daß das Messen überflüssig werde. Ich habe mich aber vielfach selbst überzeugt, daß dies nicht wahr und

auch das beliebte Schätzen der Temperatur mit dem Ellbogen ganz unzuverlässig ist.

Mit kalten Händen geprüft, taxierst du das Wasser zu warm, mit warmen Händen kommt es dir zu kalt vor. So kann man sich bis auf einige Grade Réaumur täuschen.

Zu heiße Bäder bewirken aber Blutandrang zum Gehirn, „Gichter"; zu kalte Bäder sind, abgesehen von der Erkältungsgefahr, eine Kräfteentziehung für das Kind. Im Sommer wie im Winter ist die normale Badwärme für das Neugeborne 28° R. In heißen Sommertagen dagegen geht man bei einige Monate alten Kindern auf 27 und 26° herunter; auch kann die Dauer des Bades, die anfänglich nur wenige Minuten betragen soll, zum Vergnügen und zur Erfrischung des Kleinen verlängert werden.

Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr"
von Dr. Marie Heim-Vögtlin.

Gartenbau und Blumenkultur.

Über Bodenbearbeitung

schreibt J. Böttner in der „Praktischen Gemüsegärtnerei":

„Tiefer als die Wurzeln der Gemüse gehen, braucht das Land auch nicht gelockert zu werden; so denken viele und bearbeiten das Land in der üblichen Weise (spatenstichtief) Jahr für Jahr. Daß die Wurzeln, wenn tiefer gelockert würde, auch noch tiefer gehen könnten, daß außerdem noch mancherlei andere Vorteile mit einer tieferen Lockerung verbunden sind, wird ganz übersehen.

Der naheliegendste Vorteil der tieferen Durchlockerung des Erdreichs liegt darin, daß es den Wurzeln möglich wird, sich schneller und weiter auszubreiten, mehr Nahrung zu finden und aufzunehmen, wodurch dann die Pflanzen auch schneller und üppiger wachsen, größer werden.

Tief gelockerter Boden läßt ferner die Luft besser eindringen. Wer da weiß, wie wesentlich der Luftzutritt zu den Wurzeln ist für das Gedeihen der Pflanzen, wird die gute Wirkung der tiefen Lockerung nach dieser Richtung hin nicht unterschätzen.

Fast noch wichtiger ist das Verhalten tiefgründigen, lockeren Bodens gegen die Feuchtigkeit. Übermäßige Feuchtigkeit kann sehr leicht eindringen und abziehen, die Wurzeln leiden nicht von übermäßiger Nässe. Wenn aber lange Zeit hindurch Trockenheit herrscht und die obere Erdschicht austrocknet, so steigt in dem gelockerten Erdreich immer wieder Feuchtigkeit aus dem Untergrund nach oben, ähnlich wie der Tropfen Wasser im Stück Zucker in die Höhe steigt. Daher kommt es, daß die Pflanzen, welche in tief gelockertem Lande stehen, auch niemals unter Trockenheit leiden.

Noch ein Vorteil sei erwähnt: Der tief gelockerte Boden durchwärmt sich besser und gleichmäßiger und bleibt länger warm. Auch wird das schnelle Wachsen der Pflanzen hierdurch begünstigt."

Tierzucht.

Hühner sind, wie an dieser Stelle schon wiederholt betont worden ist, für kleine Betriebe nutzreich, wenn auch keine Reichtümer dabei zu erwerben sind. Das Hühnerei ist im Haushalt und auch für viele gewerbliche Zwecke unentbehrlich. Das Fleisch des Huhns ist zart und wohlschmeckend und auch die Federn, wenn sie schon den Gänsefedern an Güte nicht gleichkommen, haben doch einen ziemlich beträchtlichen Wert. Freilich muß die Zahl der gehaltenen Hühner im richtigen Verhältnis zur Größe der Wirtschaft stehen, denn ungenügend ernährte Hühner werden wenig Eier und schlechtes Fleisch liefern und da bei gekauftem Futter die Ernährung der Hühner sich sehr teuer stellt, ergibt es sich, daß die Hühnerzucht nur dann einträglich sein kann, wenn bloß der geringere Teil des aufgewendeten Futters gekauft zu werden braucht, der größere dagegen aus solchen Dingen besteht, welche im Haushalt sonst keine Verwendung finden. Eine zweite Bedingung, damit der Hühnerhof einträglich sei, ist, daß man auf gute Rassen, und zwar auf Nutz- oder Wirtschaftsrassen halte. Da die Leistungsfähigkeit im allgemeinen aber nicht bloß an die richtige Nutzrasse gebunden ist, sondern in erster Linie an einzelne Tiere oder Zuchtstämme, so wird die Legetätigkeit durch sogen. Fallnester geprüft. Küchlein, die von einer schlechten Legehenne stammen, werden wieder schlechte Legehennen werden; und auch die beste Legehenne wird nach vier Jahren nicht mehr so viel Eier legen, daß ihr Futter sich bezahlt.

A. v. A.

Frage-Ecke.

Antworten.

30. Zu den braunen Lebkuchen braucht es Birnenhonig (aus eingedicktem süßem Birnsaft) oder solcher, der aus Birnenrinden oder Fallobst &c. hergestellt ist, also nicht Bienenhonig. Ein Rezept ohne Honig für braune Lebkuchen kenne ich nicht, gebe Ihnen also ein gutes, zu dem obige Masse gebraucht wird: 2 Liter Birnenhonig, 2 Liter Milch, 2 Liter Rahm, 1 Kilo Zucker, 1/2 Kilo frische Butter, 100 Gr. Sternanis, 100 Gr. Zimt, 100 Gr. Natron, 2 Gläschen Kirsch und 2 Zi-

tronen oder 20—30 Tropfen Zitronenöl. Das Mehl, ca. 10 Kilo, wird tags zuvor in die Wärme gestellt; die Milch wird siedend gemacht, die Butter hineingegeben und dann auf den Zucker gegossen. Dann kommt der Honig und die andern Zutaten, samt dem geschlagenen Rahm dazu und alles wird gut durcheinander gerührt. Den gesiebten Natron mischt man vorher mit etwas Mehl, das man ganz langsam einrührt, bis sich von Hand tellergroße Scheiben formen lassen. Man knete möglichst wenig, die Kuchen werden besser. Backzeit: 20—25 Minuten, je nach Größe der Kuchen. Dieses Quantum gibt 20 mittelgroße Lebkuchen (sog. Luzerner-Lebkuchen), die sich an kühlem, trockenem Ort gut aufbewahren lassen. Die aus dem Ofen kommenden Scheiben wische man ab und bestreiche die Oberseite mit verdünntem Honig. Resa.

30. **Lebkuchenrezept oder Kriegsfladen.** 500 Gr. Mehl, 1 Ei, 350 Gr. Zucker, 1 Kaffeelöffel Zimt, 1 Messerspitze Nelkenpulver, für 10 Cts. Kochschokolade oder 2 Kaffeelöffel Kakao werden mit 2 Tassen Milch oder Rahm (auch saurer) fein angerührt und geklopft; zuletzt fügt man einen Kaffeelöffel Natron mit etwas Milch angerührt dazu, gibt die Masse auf ein gut eingefettetes Kuchenblech und bäckt sie etwa 1 Stunde. Dieser Lebkuchen ist sehr billig und schmackhaft. Das Quantum reicht gut für 6 Personen.
Abonnentin in Z.

32. Das Einmachen der Eier in Wasserglas wäre wohl dem Einmachen in Kalk vorzuziehen. Jeder Drogist gibt Ihnen das Verhältnis der Mischung an. Immerhin würden Sie gut tun, bei der Menge, die Sie einzumachen gedenken, die verschiedenen Arten, also auch mit Garantol, das seit 10 Jahren erprobt ist, anzuwenden. Ich machte früher ein, fand aber keine besondern Vorteile dabei und beschränkte in der teuren Zeit einfach den Eierverbrauch. Hausmutter.

33. Fragen Sie bei Gebr. Schlittler in Mollis (Glarus), Korkwarenfabrik an, ob die Firma, die auch Kunstkork fabriziert, Abnehmer von gebrauchten Korken ist. R. G.

35. Hier das Rezept zur Kindernahrung **Phosphatine**, wie es mir von einem guten Arzte angegeben und oft gebraucht wurde. Man mische 750 Gr. gestoßenen Zucker, 125 Gr. Kakao v. Houten, 125 Gr. Reismehl, 125 Gr. Kartoffelmehl, 40 Gr. pulverisierten phosphorsauren Kalk gut durcheinander. Davon kann man entweder in der Milch oder im Brei je 1—2 gehäufte Kaffeelöffel täglich dem Kinde geben. A. Sch.-W.

36. Den Vorträgen über **Obst- u. Gartenbau** soll keine Bedeutung zukommen; das von Herrn Stahel verfaßte Buch erfuhr in Nr. 6 der „Zeitschrift für Obst- und Weinbau" eine sehr eingehende, sachliche aber ungünstige Besprechung. Es wurde dem Verfasser wohlmeinend geraten, sein Buch aus dem Buchhandel zurückzuziehen; trotzdem hält er weiter seine Vorträge. Dieses soll nach den Ausführungen in genannter Zeitschrift eine minderwertige Kopie der „Neuen Obstbaulehre" von Schullehrer Richter sein, die vor ca. 10 Jahren eine zeitlang lebhaft besprochen wurde, dann aber nach Augenschein und Begutachtung der Richterschen Baum-Anlage in Rohrbeck in schnelle Vergessenheit geriet. Befolgen Sie, was erprobte Fachleute lehren und anraten, und lassen Sie sich durch solche Vorträge nicht irre machen. Herr Stahel ist kein Fachmann, sondern Angestellter der Metallwarenfabrik Turgi. Wir verweisen alle auf die trefflichen Ausführungen in der bei Huber & Cie. in Frauenfeld erscheinenden „Zeitschrift für Obst- und Weinbau". Frau G. in L.

37. Jeder Gärtner kann Ihnen auf Ihre Frage Auskunft geben. Wir haben **Vergveilchen**, die auf Weihnachten in Blüte standen, kühl überwintert, und nun schlagen Sie wieder fröhlich aus. Minna.

38. Meines Wissens existieren keine solchen Apparate, die im Haushalt praktisch verwendbar wären. Wenn Sie einmal an nicht weich werdenden Hülsenfrüchten erkennen, daß das Wasser, das Ihnen zur Verfügung steht, hart ist, so werden Sie ein zweites Mal dem Übelstand von vornherein begegnen und dem **Wasser**, in dem Sie Hülsenfrüchte kochen, je eine Messerspitze bis zu einem Kaffeelöffel voll Natron beigeben. Damit wäre die Frage gelöst! B.

39. Über das Kochen der **Gemüse** lesen Sie nach, was in Nr. 17 des Ratgebers, vom 14. August 1915 in dem Artikel „Das Kochen der Gemüse" steht; Sie werden bald die Erfahrung machen, daß so gekochtes Gemüse kräftiger schmeckt und mehr sättigt. Resa.

Fragen.

40. Kann mir eine Leserin des Ratgebers sagen, wie **Kirschbaumholz** behandelt wird? Wir besitzen ein Möbelstück aus diesem Holz, das etwas unansehnlich geworden ist. Für Auskunft dankt bestens Abonnentin in P.

41. Was sind für gute **Waschmaschinen** im Gebrauch? Ich suche nach einer solchen für meine mittelgroße Haushaltung. Für freundliche Angaben danke ich im voraus bestens. Leserin in A.

42. Ist es möglich, veraltete **Stockflecken** aus einer Photographie zu entfernen und welches Geschäft besorgt diese Arbeit gewissenhaft und erfolgreich? Frau K.

43. Wo können **Selbstkocher** neu isoliert und aufgefrischt werden? F.

3 Fr. täglich und mehr

ohne Berufsstörung für Personen beiderlei Geschlechtes durch leichte, häusliche, schriftliche und gewerbliche Arbeiten nebenbei zu verdienen. Viele Dankschr. Näh. gratis durch Postfach Fil. Bahnhof 17901, Zürich, Abtlg. 6. (H 612 Z)