

Objekttyp: **Issue**

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

Band (Jahr): **23 (1916)**

Heft 27

PDF erstellt am: **31.05.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# 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, Schönthalstraße 27 und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Nr. 27. XXIII. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 23. Dezember 1916

Ob's auch in unsern Herzen schweigt,  
Die Weihnachtsglocken klingen,  
Und der große Traum von Frieden steigt  
Himmelan auf weißen Schwingen.  
Und der große Traum von der Freude neigt  
Sich goldflüglig zur Erde nieder.  
Was tut's, ob's in unsern Herzen schweigt?  
Es klingen doch Weihnachtslieder.

Dora Stiller.



## Wenns Weihnachten wird . . .

(Nachdruck verboten.)

Weit draußen vor der Stadt, wo breite, behäbige Felder sich hügelaufl und hügelab hinziehen, da fängt auch der Wald an — ein schöner, frischgrüner Tannenwald. Allzu ernst und schwermütig in jungen Frühling- und hellen Sommertagen, wenn ein ewig blauer Himmel über dem Erdenrund lächelt, aber nun, im Winter, bei grauen, kalten Nebeln, Raureif und Sturmeshaufen, lächelt er uns das Lieb vom ewigen Leben ins Herz hinein. Darum liebe ich ihn so sehr, den winterlichen Tannenwald.

Und heute bin ich wieder dort gewesen, trotz Regenschauern und eisigem Nordwest. Und ich war nicht der einzige Gast. Männer, Frauen und Mädchen waren draußen mit Pferden und Wagen und fuhren einen Teil des Waldes davon, und zwar den schönsten: Prachtige, schlankgewachsene Ebeltannen, die sich noch auf dem Wagen reckten und streckten, als wollten sie sich in all ihrer Schönheit zeigen, und reizende kleine Tannensproßlinge, die led

und vergnügt in den Wald hinausgeschaut und versprochen hatten, etwas Tüchtiges zu werden. Und nun lagen sie alle, groß und klein, auf dem Wagen und ihr Bestimmungsort war der Christbaummarkt.

Weihnachten naht, — das dritte Weihnachtstfest in der Kriegszeit. Puppe und Soldat haben wieder ihre kurze Herrschaft angetreten; in den Schaufenstern flimmern bunte Leuchtkugeln, glitzernde Sterne und silberne Fäden, die am Christfest den immergrünen Baum zieren sollen.

Unsere Kinder vor allem aus haben ein Unrecht auf ein Christfest in alter, schöner Weise, auf einen hellen Lichterbaum und ein paar Weihnachtsgaben. Ihre kleinen Herzen schwellen genau dieselben Erwartungen, Hoffnungen und Wünsche wie vor Jahren, und der strahlende Baum ist ihnen auch in den düstern, schweren Zeiten des Weltkrieges das lichte Sinnbild der Freude, der Liebe und des Glücks. Emsig wie sonst arbeiten die Mädchen und Buben an allerlei kleinen, vielleicht im Vergleich zu früher sehr bescheidenen Weihnachts-Überraschungen für Eltern und Geschwister, Onkel, Tanten und Großeltern. All die süße Heimlichkeit, die die Zeit vor dem Feste sonst so einzig schön erscheinen ließ, die Kinder wie Große in ihren Zauber einspann, sie erfüllt die Kinderherzen auch in diesen grauen Weihnachtstagen. Wir würden sie bitter enttäuschen und unerseßliche Gemütswerte in ihnen vernichten, wenn wir sie um der Schwere der Zeit willen von den Freuden des Weihnachtstfestes aus-

schließen wollten. Für unsere Kinder muß es auch in diesem Jahr Weihnacht werden, wenn auch in bescheidenerem Rahmen als in friedlichen Tagen: ja für manches Kind ist es sogar gut, daß es entbehren lernt, daß eine Ahnung von der Größe und Furchtbarkeit unserer Zeit in dem kleinen Herzen heraufdämmert.

Und Weihnacht mit Lichterglanz, mit Gaben der Liebe muß es auch werden für unsere Soldaten, die so treue Grenz wacht halten oder die krank in Spitälern liegen. Für sie alle wurde schon seit Wochen gerüstet, damit keiner leer ausgehe, der in diesen schweren Tagen dem Vaterland treue Dienste geleistet hat. Und Weihnachten soll es auch werden für so viele andere, die die harte Kriegszeit in bittere Not gebracht hat!

Im Geben und Schenken liegt die würdigste Weihnachtsfreude für alle, die geben können. Indem sie beglücken, werden sie selbst beglückt. Und in der Stimmung, die sie dabei in sich und anderen erzeugen, bereiten sie in ihrem engern Lebenskreis den Frieden vor, auf dessen endliche Verkündigung der ganze Erdbreis sehnsüchtig wartet!

D. M.



### Zur Heizung der Wohnung

hat man verschiedenartige Anlagen, deren Wahl in vielen Fällen von dem in der betreffenden Gegend billigsten Brennstoff abhängt. Als Brennstoff benutzt man Holz, Steinkohle, Braunkohle, Torf, Leuchtgas und gelegentlich auch Spiritus und Petroleum. Der Preis dieser Heizstoffe ist in den einzelnen Gegenden verschieden, deshalb wird hier der eine, dort der andere mehr benutzt.

Die angenehmste und gesundheitlich die beste Heizung wäre die durch Elektrizität, da der elektrische Ofen keine Verbrennungsprodukte liefert; leider ist aber bei dem hohen Preis der Elektrizität ihre allgemeine Verwendung zu Heizzwecken noch ausgeschlossen.

Von den übrigen Heizarten sind die mit Leuchtgas und mit Holz die rein-

lichsten; Steinkohlen und Koks erzeugen die größte Hitze, Torf erzeugt zwar wenig Hitze, brennt aber nicht rasch ab.

Eine gute Heizanlage soll den Brennstoff möglichst ausnützen und geringe Betriebskosten verursachen; sie muß die erzeugte Wärme möglichst vollständig der Wohnung erhalten und durch die Rauchgase dem Kamin nur soviel Wärme zuführen, als zur Erzeugung des nötigen Luftzuges erforderlich ist, sie muß verhindern, daß Rauch und die für die Gesundheit so schädlichen Verbrennungsgase in die Wohnung eindringen können, muß leicht zu bedienen und gefahrlos sein. Wir sehen, daß an eine Heizanlage sehr viele Anforderungen gestellt werden; es ist von Fall zu Fall zu prüfen, welche der verschiedenen Arten vorgezogen werden muß, denn trotz aller Fortschritte, die auf dem Gebiete der Heizung gemacht worden sind, hat jede Art der Anlage neben ihren Vorteilen auch ihre Nachteile.

Die Ofenheizung besteht aus drei Einrichtungen, die zusammenpassen müssen, wenn der gewünschte Erfolg erzielt werden soll: der Ofen, das Ofenrohr und der Schornstein. Der Schornstein muß so gebaut sein, daß ein guter Zug möglich ist; er darf weder zu eng noch zu weit sein, auch muß er hoch genug sein, damit er das Dach überragt und der Wind nicht den Rauch zurücktreiben kann. Oft leistet ein passender Kaminhut gegen widrigen Wind gute Dienste. Sind mehrere Ofen an denselben Schornstein angeschlossen, so kann — besonders wenn bei starker Sonnenbestrahlung die Außenluft wärmer ist als die Luft im Kamin — sogenannter falscher Zug entstehen; dann rauchen die Ofen. Dem läßt sich durch ein lebhaftes Stroh- oder Papierfeuer abhelfen, das die Luft im Schornstein rasch erwärmt; dabei müssen aber die Ofen, die zur Zeit nicht brennen, so abgeschlossen werden, daß durch sie keine Zugluft in den Schornstein eintreten kann.

Die Rohre müssen sowohl am Ofen als auch am Schornstein gegen das Zimmer gut abgedichtet sein, um Rauchaustritt zu

verhindern, und ebenso wie die Züge im Ofen reingehalten werden.

Je länger der Weg ist, den die Rauchgase vom Feuer zum Schornstein zurückzulegen haben, desto mehr Wärme können sie auf diesem Wege abgeben; ist der Ofen so gebaut, daß die Verbrennungsgase in ihm selbst einen langen Weg zurückzulegen haben und hin- und hergehen müssen, ehe sie zum Rohre gelangen, so kann das Rohr kurz sein; bei kurzem Weg im Ofen ist ein langes Rohr vorzuziehen. Auch die Stärke des Zuges ist nicht nur für die Schnelligkeit der Verbrennung, sondern auch für die Ausnützung der Wärme von Bedeutung; ein zu starker Zug führt die heißen Gase zu rasch zum Schornstein, deshalb haben die meisten Ofen Vorrichtungen, durch die man die Stärke des Zuges regulieren kann.

Bei der Ofenheizung teilt sich die Wärme teils durch Strahlung, teils mit Hilfe der fortgesetzt vorbeistreichenden Luft durch Leitung und Strömung dem Zimmer mit. Gegen die oft unangenehm empfundene strahlende Wärme schützt man sich durch einen Ofenschirm. In einem erwärmten Zimmer steckt die meiste Wärme nicht in der Luft, sondern in den Wänden und den Möbeln; deshalb ist der Wärmeverlust rasch wieder ausgeglichen, wenn man durch kurzes Öffnen des Fensters die Zimmerluft erneuert.

Die Ofen sind entweder aus Eisen oder aus Tontacheln.

Der Rachelofen ist aus Ziegeln erbaut und mit glasierten Ziegeln (Racheln) überkleidet; der Feuerraum ist mit feuerfesten Ziegeln (Schamotte) ausgefüllt. In seinem Innern hat der Rachelofen viele Züge, so daß die Verbrennungsgase einen sehr langen Weg im Ofen zurücklegen und gut ausgenützt werden. Da gebrannter Ton ein schlechter Wärmeleiter ist, erwärmt er sich sehr langsam; dafür hält er die Wärme aber auch lange fest und verbreitet eine gleichmäßige Wärme im Zimmer. Ist der Brennstoff im Glühen, dann wird der Ofen zugeschraubt, und es kann keine Hitze mehr durch den Schorn-

stein verloren gehen; allerdings hört dann auch seine Ventilationswirkung auf.

Der Hauptnachteil eiserner Ofen ist der, daß sie die Wärme zu rasch abgeben; deshalb sind seit einigen Jahrzehnten Ofen eingeführt worden, die den eisernen Ofen mit dem Rachelofen vereinigen. Man kann sie meistens in der Wärmeerzeugung durch Abänderung der zugeleiteten Luftmenge regulieren; aber das muß mit Überlegung geschehen, damit nicht mancherlei Uebelstände entstehen. Weitere Nachteile sind die, daß durch die eisernen Ofen leicht Rohlen- und Aschenstaub ins Zimmer gelangt und daß der Zimmerstaub auf heißen eisernen Ofen leicht versengt und durch trockene Destillation dabei ein unangenehmer Geruch entstehen kann.

Von den zahlreichen Arten der eisernen Ofen seien erwähnt:

1. Der Kanonenofen, der aus einer Art einfachem Rohr (daher der Name) und einem durch einen Rost abgetrennten Aschenraum besteht. Gewöhnlich verbindet ihn ein langes Rohr mit dem Schornstein. Der Kanonenofen wird rasch heiß und leicht rotglühend, strahlt viel Hitze aus, die leicht unangenehm wird, und erkaltet rasch, nachdem sein Brennstoff verzehrt ist. Seine Anschaffungskosten sind gering; sein Betrieb ist aber sehr unwirtschaftlich, da viel Wärme durch den Schornstein verloren geht.

2. Umgibt man einen solchen Ofen mit einem Mantel von Eisenblech, so kann man die Wärmestrahlung stark herabsetzen; unten strömt die kalte Luft zu, und oben strömt die erwärmte Luft ab. Durch ein auf dem Ofen stehendes Gefäß mit Wasser kann man dabei die relative Feuchtigkeit der Zimmerluft erhöhen. Solche Ofen nennt man Mantel- oder Zirkulationsöfen; man sieht sie häufiger in Bahnhöfen, Geschäftsräumen und großen Werkstätten als in Wohnräumen.

3. Füllöfen werden von oben her beschickt und von oben angezündet.

4. Ofen, bei denen der Brennstoff von selbst nach und nach in den Feuerraum fällt, um den schon verbrannten zu ersetzen,

können bei richtiger Behandlung monatelang ununterbrochen im Betrieb bleiben. Man nennt sie Dauerbrandöfen.

5. Die Ventilationsöfen erhalten die Luft, die sie zum Brennen benötigen, aus dem Zimmer; die zum Ersatz aus dem Freien einströmende Luft wird erst zwischen Ofen und Mantel vorgewärmt, ehe sie ins Zimmer tritt.

6. Ist ein Ofen so eingerichtet, daß man die Schnelligkeit der Verbrennung und damit die Erzeugung der Hitze durch Vermehrung oder Verminderung des Luftzuges regeln kann, so nennt man ihn einen Regulierofen.

Die Regulierung der eisernen Ofen erfordert Aufmerksamkeit und Sorgfalt. Da nicht ein Ofen gebaut ist wie der andere, kann man auch nicht alle Ofen gleichmäßig behandeln, sondern man muß jeden Ofen auf seine Eigentümlichkeiten genau studieren.

Aus „Haushaltungskunde“ von Dr. A. Eppler. Verlag Teubner, Leipzig.

### Haushalt.

An sich schlichte Weihnachtsgaben erhalten höheren Wert durch geschmackvolle Verpackung, die sich oft auf sehr einfache Weise bewerkstelligen läßt. Wer das Jahr hindurch Krepp-, Seiden-, Sortenpapier &c. sorgfältig geglättet zur Seite legt, Bandresten aller Art, Gold- und Silberfäden, Konfekt-schachteln und andere von gefälligem Aussehen, Fruchtkörbchen, Holzwolle &c. &c. aufbewahrt, findet vor Weihnachten darunter eine Fülle passenden Materials zu hübscher Verpackung von Geschenken. Anregung dazu bieten die Schaufenster unserer Verkaufsläden und die eigene Fantasie wird uns zu Hilfe kommen. Für Ristchen, Körbchen, größere Pakete sind scherzhafte Begleitadressen zu empfehlen. Auch dem ganz schlicht in weißem Papier mit farbigem Bandverschluß verpackten Geschenk verleiht das grüne Tannenzweiglein ein festliches Gepräge. B.

Das Waschen der Strümpfe ohne Seife sollte in jeder Haushaltung zur festen Angelegenheit werden. Es gibt eine ganz einfache, Schweiß und Schmutz lösende Waschmethode, die Verbreitung finden sollte. Nachdem man das nötige Wasser bis zum Kochen erhitzt hat, nimmt man es vom Feuer, gibt in 5–6 Liter Wasser einen Eßlöffel voll Salmiakgeist und

drückt sofort die trockenen, schmutzigen Strümpfe hinein. Bedingung ist, daß sie alle von einer Farbe sind, also gesondert werden, da sie sonst durch gegenseitiges Abfärben Flecken erhalten. Nun läßt man sie zugedeckt soweit abkühlen, daß man hineingreifen kann, wäscht sie dann erst rechts, dann links aus dem Wasser heraus, spült sie nochmals in heißem Salmiakwasser nach und hängt sie mit der Spitze nach oben zum Trocknen auf. Sie werden sauber, weich und schmiegsam. M. A.

### Küche.

#### Kochrezepte.

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

**Geriebene Kartoffelsuppe.** 6 bis 8 gegottene kalte Kartoffeln werden geschält und am Reibeisen gerieben. Dann werden in einer Pfanne 1 Löffel Fett heiß gemacht, eine gehackte Zwiebel und die Kartoffeln darin gedünstet, das nötige gesalzene Wasser oder Fleischbrühe dazu gegossen, 5–10 Minuten gekocht und über ein wenig Milch oder Rahm angerichtet. Aus „Bürgerliche Küche“

von Frau Wyder-Jneichen.

**Sulzrippchen.** 1½ Kilo Schweinefleisch, Kotelettenstück, 3 Dezilliter Wasser, 1 Dezilliter weißen Essig, 1 Lorbeerblatt, 1 Zwiebel, 4 Pfefferkörner, 4 Nelken, Karotte, Salz, 50 Gr. weiße Gelatine. Die Rippchen werden schön zugestuzt, geklopft und wieder in die ursprüngliche Form gebracht, dann in der Flüssigkeit mit den Gewürzen, welche zuerst siedend gemacht worden, zugedeckt weich geschmort. Nun legt man die Rippchen auf die zum auftragen bestimmte Platte so, daß noch ein breiter Rand rings bleibt und richtet die Knochen aufwärts nach innen. Man passiert nun die Sauce, gibt die in warmem Wasser aufgelöste Gelatine hinein und gießt alles über die Rippen. Den Rand garniert man vorher mit Scheiben von Salzgurken, Randen, Karotten, Cornichons, so daß diese auch von der Sulz bedeckt werden.

**Einfache Schüssel-Pastete.** Zeit (ohne Teig) 1½–2 Stunden. 400 Gr. Butterteig, 250 Gr. Kalbfleisch, 250 Gr. Schweinefleisch, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 50 Gr. Butter. Eine Simbaleform oder eine feuerfeste Porzellanform wird mit dem 3 Millimeter dick ausgewallten Teig sorgfältig ausgelegt und zwar so, daß die Mitte des Teigstückes auf die Mitte des Bodens des Gefäßes kommt. Den Rest des Teiges läßt man vorläufig über die Form hinunter hängen. Dann bringt man das feingeschnebelte Fleisch lagenweise hinein, würzt und legt etwas Butter darauf. Die

Form sollte mit Fleisch ganz gefüllt sein. Nun schlägt man den überhängenden Teig, wenn es nicht allzu viel ist, über das Fleisch, macht noch einen Deckel, der genau paßt in der Größe, bestreicht den Rand innerhalb mit Wasser und legt noch einen 2 Cm. breiten Teigstreifen als Rand auf. In der Mitte wird ein Loch von 2 Cm. Durchmesser ausgeschnitten und ein kleines Ramin aus gerolltem Papier hineingesteckt, damit der Dampf entweichen kann. Man bäckt die Pastete 1 bis 1 1/4 Stunde. Die Form sei eher eng und hoch, als breit und flach.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Makkaroni mit Restenfleisch oder Wurst.** 250 Gr. Makkaroni, Salzwasser, 1 1/2 Eßlöffel Fett, 1 Cervelat oder Fleischresten, 4—6 Eßlöffel geriebener Magerkäse. Die Makkaroni werden in viel siedendem Salzwasser in zirka 15 Minuten weich gekocht, etwas abgeläutet und ins rauchheiße Fett gegeben und einige Male gewendet. Hierauf fügt man das in Würfel geschnittene oder gehackte Fleisch (oder Wurst) bei, sowie den geriebenen Käse und dämpft alles noch ein paar Minuten. Statt Makkaroni können auch Nudeln oder Hörnli verwendet werden.

Aus „Rezepte für einfache Gerichte“ herausgegeben v. d. Zürcher Frauenzentrale.

**Bodentohlrauben in der Form gebacken.** Die vorbereiteten Rüben werden in Salzwasser weichgekocht und darauf durch ein Sieb gestrichen oder zerstampft. Nun mischt man den Brei zur Hälfte mit gekochten, geriebenen Kartoffeln, 1 Ei, Salz, Pfeffer, 1 Prise Muskat, 1/2 Theelöffel gestoßenen Ruchenträutern und 1 Theelöffel aufgelösten Pflanzen- oder Fleischextrakt. Gut abgeschmeckt füllt man die Masse in eine vorbereitete Form und bäckt die Speise im Ofen bei mittlerer Hitze 3/4—1 Stunde. Das Gericht wird in der Form mit einer würzigen Petersilien- oder Pilzsauce serviert. E. L.

**Mais mit Zwiebeln.** Für 6 Personen. Zutaten: 20 Eßlöffel Maisgrieß, 2 Zwiebeln, 2 Liter Wasser, Salz, Muskat, 2 Löffel Fett. Zubereitung: Der Mais wird ins kochende Wasser gerührt, mit Salz, Muskat gewürzt und 5—10 Minuten gekocht, die fein gehackten Zwiebeln darunter gemischt, die Masse 1 Cm. dick auf ein Brett gestrichen, dann erkalten lassen, in Plätkli geschnitten und diese im heißen Fett gebacken.

**Brätschnitten (Belegte Brötchen).** Utbackene Brötchen werden in fingerdicke Scheiben geschnitten und ganz schnell durch kaltes Wasser gezogen. Dann mischt man unter das Brät nußgroß Butter, ein Eßlöffel geriebenes Brot und etwas Petersilie oder Majoran, streicht die Masse auf die Brätschnitten und bäckt diese auf beiden Seiten.

Als Abendspeise zu Salat oder gekochtem Obst sind diese Schnitten sehr gut.

Aus „Bruchga“ von Frau Wiget-Thoma.

**Apfelcreme.** Man schäle 5 gebratene Äpfel, treibe sie durch ein Sieb und gebe 250 Gr. gestebten Zucker, das abgeriebene Gelbe einer Zitrone und 1 zu Schnee geschlagenes Eiweiß dazu, rühre es 1 Stunde lang recht kräftig und richte in einer Schale an. — Da diese sehr feine Creme auch sehr steif ist, so kann man sie besonders hübsch verzieren, namentlich mit Blumen aus eingemachten Früchten.

Pröpper, „Das Obst in der Küche“.

**Sächsischer Weihnachtsstollen.** 2 Kilo Mehl, 375 Gr. Butter, 500 Gr. Zucker, 75 Gr. Hefe, 1/2 Liter Milch, 125 Gr. Mandeln. Die erwärmte Butter wird mit dem Zucker schaumig gerührt, 125 Gr. geriebene süße Mandeln und Zitronenschale nebst etwas feingeschnittenem Zitronat darunter gemischt. Die Hefe hat man zuvor in der erwärmten Milch aufgelöst und mit Mehl, das man am Tage zuvor in einen warmen Raum gestellt hat, dick gerührt. Aus allen Zutaten wird ein schöner, fester Teig gewirkt, den man mehrmals auf dem Backbrett tüchtig wirft und knetet, bis er Blasen schlägt. In einem warmen, nicht heißen Ort läßt man den Teig aufgehen, ca. 2 Stunden lang; formt dann auf dem Brett 2 Stollen daraus, die man auf mit Mehl bestreutem Blech oder in ausgestrichener Form backen läßt, nachdem sie noch einmal aufgegangen sind. Sie werden nach dem Backen mit Butter bestrichen und mit Zucker bestreut.

Aus „Häusl. Konditorei“ von Pröpper.

### Gesundheitspflege.

Die moderne Gesundheitspflege legt der Haarpflege große Bedeutung bei. Als vorzüglich stärkend für den Haarwuchs und reinigend für die Kopfhaut wird eine Waschung des Haarbodens mit Brennesselspiritus empfohlen. Haarschuppen oder Schinnen verschwinden von der Kopfhaut, wenn man jeden Abend die Kopfhaut mit Franzbranntwein einreibt, der zugleich das Haar voller und locker und weich macht.

Ein anderes, gutwirkendes Mittel gegen Schuppenbildung ist auch Natron; in 1 Liter weichem Wasser (am besten durchgeseihtem Regenwasser) löst man 20 Gr. doppelkohlensaures Natron. Mit dieser Lösung wäscht man den Kopf abends vor dem Schlafengehen recht gründlich und zwar zuerst täglich, später in größeren Zwischenräumen. Nebenher sind ein- bis zweimal in der Woche des Morgens Kopfwäschungen mit warmem Seifenwasser anzuraten. M. R.

## Krankenpflege.

**Geistesranke und ihre Pflege.** An die Spitze der kurzen Besprechung der Irrenpflege stellt Dr. Wittbauer in seinem „Leitfaden für Krankenpflege“ die Mahnung, sich stets vor Augen zu halten, daß die Geisteskranken für ihr ganzes Tun und Treiben niemals verantwortlich gemacht werden können, daß sie körperlich Kranke sind, und zwar die Bedauernswertesten unter ihnen.

Unter allen Krankheitserscheinungen, die die Geistesstörungen darbieten, sind die häufigsten die Sinnesstörungen (Halluzinationen): der Kranke hört Worte, die niemand in Wirklichkeit gesprochen hat, hört Stimmen Abwesender und empfängt vermeintliche Befehle. Er sieht seltsame Gestalten, schreckhafte Bilder und anderes und horcht dann gespannt in die Ecken, schilt und droht in die Luft, stiert nach einer bestimmten Richtung, fährt plötzlich zornig auf, verstopft sich die Ohren.

Der Kranke „bildet sich diese Sinneswahrnehmungen nicht ein,“ er sieht, hört und fühlt wirklich und verläßt sich auf die Richtigkeit dieser „Wahnideen“. In diesen Wahnideen glaubt er sich verfolgt und greift deshalb auch gelegentlich seine vermeintlichen Feinde an, oder er hält sich für unendlich reich, für den König, für den lieben Gott (Größenwahn).

Mancher erscheint bei einfacher Unterhaltung geistig gesund und wird nur „verrückt“, wenn er auf seine krankhaften Ideen zu sprechen kommt.

Eine sehr häufige Geistesstörung ist die Schwermut (Melancholie). Die Melancholischen sind ohne Grund traurig und verstimmt, glauben eine Sünde begangen, ihr Seelenheil verscherzt zu haben, an dem Tod eines anderen schuldig oder zum Tod verurteilt zu sein, werden deshalb von steter Angst gepeinigt, haben zuweilen Selbstmordgedanken, führen sie auch aus und sind daher besonders streng zu bewachen.

Das Gegenstück zur Melancholie bildet die heitere Erregung. Diese äußert sich im Lachen, Tanzen, fortwährendem Schwätzen, Witzmachen, schlägt aber häufig in heftigen Zorn um (Zornsucht).

Viele Kranke verblöden allmählich, werden schwachsinzig. Dieser Schwachsinn kommt auch ohne vorausgegangene Geistesstörung vor bei Trinkern, Epileptischen im hohen Alter und schließlich bei der so häufig vorkommenden Paralyse (fortschreitendes Lähmungszitressein, fälschlich Gehirnerweichung genannt). Hier kommt zum geistigen bald der körperliche Verfall: die Kranken bewegen sich unbeholfen, sprechen undeutlich, bekommen Schluckbeschwerden, lassen Kot und Urin unwillkürlich ab und gehen jammervoll zu

Grunde. Es gibt auch angeborenen Schwachsinn. — Die Kranken werden natürlich am besten in Irrenanstalten untergebracht, denen man aber im Äußeren das Gefängnisartige genommen hat durch Errichtung freundlicher Einzelhäuser ohne Verschlussvorrichtungen an Fenstern und Türen und durch behagliche und bequeme Ausstattung. Freilich sind in einzelnen Abteilungen Vorrichtungen nötig zur Sicherheit vor Beschädigungen.

Mit größeren Anstalten pflegt eine landwirtschaftliche Kolonie verbunden zu sein; neuerdings hat man auch versucht, geeignete Kranke in fremde Familien, z. B. verheirateter Pfleger, unter Aufsicht der Ärzte unterzubringen.

Zur Pflege der Irren ist Gleichmut, Geduld und Freundlichkeit nötig. Muß man eine ärztliche Verordnung ausführen, die den Widerspruch des Kranken hervorruft, beruft man sich auf den Arzt. Man meide jede Vertraulichkeit, bevorzuge nicht einzelne Kranke, drohe nicht, sei vorsichtig in den Gesprächen mit den Kranken, erlaube sich kein Urteil über andere Kranke, lasse alle unzeitigen Redereien, zeige kein mürrisches Wesen, sei wahrhaftig, verschwiegen und vermeide es, auf die Wahnideen der Kranken einzugehen. Vermag man dem Gespräch nicht auszuweichen, gebe man unbestimmte Antworten, z. B. seine Ansicht sei zwar nicht ganz die gleiche, doch sei es ja möglich, daß er sich täusche, die Zukunft werde lehren, wer recht behalte oder ähnliches.

Als Eisbeutel verwendet man Blasen, welche aus undurchlässigem Stoff, am besten aus Gummi gefertigt sind und wohl verschlossen werden können. Zu ihrer Füllung benutzt man haselnuß- bis wallnußgroße Eisstückchen, welche man sich in der Weise herstellt, daß man ein in ein Tuch eingewickeltes größeres Stück Eis durch Hammerschläge zerkleinert. Der Eisbeutel ist auf die vom Arzt bezeichnete Hautstelle möglichst breit aufzulegen. Er muß in ein leinenes Tuch eingehüllt werden, weil der wasserdichte Stoff leicht beschlägt und dann durch seine Feuchtigkeit dem Kranken lästig wird. In manchen Fällen, z. B. beim Auflegen auf den Kopf, ist es zweckmäßig, den Eisbeutel durch eine Schnur z. B. am Bettpfosten zu befestigen, damit er weder abgleiten kann, noch zu arg drückt. Wo es an einem Eisbeutel fehlt, versucht man ihn durch kalte Umschläge zu ersetzen. Man legt ein mehrfach zusammengelegtes Hand- oder Taschentuch auf ein Stück Eis oder in möglichst kaltes Wasser, drückt es nach einiger Zeit kräftig aus und bedeckt damit die zu kühlende Körperstelle. Da ein solcher Umschlag sich auf der Haut rasch erwärmt, muß er häufig, unter Umständen von Minute zu Minute, gewechselt werden. W.

## Kinderpflege und -Erziehung.

**Natürliche Ursachen der häßlichen Ungewohnheiten der Kinder.** Wer ein Kind wegen einer häßlichen Ungewohnheit gleich straft, ohne erst mit Ruhe und Geduld immer wieder nach der eigentlichen Ursache zu forschen, kann ihm bitter Unrecht tun. Viele Beispiele beweisen dies.

Beim häufigen Strecken und Verdrehen des Halses oder Nacken mit dem Kopfe liegt die Schuld oft an einem örtlichen Reiz, indem der Hemdkragen scheuert oder der Kragenknope drückt, der Kragen zu eng oder oben an der Kante sehr rauh ist; die Leinwand des Hemdes oder der Stoff des Kleides kann zu grob sein oder eine harte Stelle haben. Von derartigen unangenehmen, sogar schmerzhaften Reizen sucht sich das Kind unwillkürlich durch zerrende und drehende Bewegungen zu befreien. Beseitigt man die Ursachen, so schwinden die Verdrehungen von selbst und das befreite Kind atmet erleichtert auf.

Das fortwährende Zucken mit der Schulter, das Drehen des Oberkörpers kann ausgelöst werden durch zu schmale Hosenträger oder Achselbänder, enge Armlöcher, zu rauhe, unter dem Arm scheuernde Leinwand.

Beim fortgesetzten Ziehen an den Strümpfen ist meist das Strumpfband zu weit, das Kind hat ständig das Gefühl, es verliere die Strümpfe und zieht sie deshalb immer wieder hoch, auch wenn sie gar nicht gerutscht sind, oder das Strumpfband ist eng und drückt, oder die Strumpfwolle kratzt.

Reibt das Kind öfter hinter dem Ohr oder unter dem Kinn, so liegt die Schuld wohl an einem straffen, einschneidenden Hutband.

Manche Kinder gleiten an dem Ringfinger hin und her, als wollten sie den Ring abstreifen. In der Tat gibt es nun manche Menschen, denen das Berühren der Haut mit Metallen sehr unangenehme Empfindungen verursacht.

Reiben und kraken Kinder wiederholt an derselben Körperstelle, so entdeckt man dort häufig kleine Pickel, eine leichte Entzündung oder auch tiefer liegende Verletzung, deren Lage man durch Fingerdruck findet. Scheuern die Kinder aber am ganzen Körper, so trägt die Schuld entweder ein rauher Wäschestoff (Wolle?) oder ein beginnender Hautausschlag.

Wie oft werden Kinder bestraft, weil sie in der Nase bohren, und dabei ist häufig die ganz natürliche Ursache das Vorhandensein von Würmern; ein Wurmmittel macht dann auch dem Bohren ein Ende.

Bei allen ungewöhnlichen Bewegungen und häßlichen Ungewohnheiten der Kinder soll man also eifrig und geduldig immer wie-

ber die natürlichen Ursachen zu erforschen suchen, aber nicht mit Schelten oder Strafen vorgehen; das wäre ungerecht. Findet man durchaus gar keinen Grund, und bleiben oder vermehren sich die häßlichen Ungewohnheiten, so ziehe man unbedingt den Arzt zu Rate, weil dann jedenfalls ein noch verborgener krankhafter Zustand die Ursache bildet.

Dr. Tr.

Wenn Kinder über eine schmerzende Zunge klagen, so sollte diese sofort sorgsam untersucht werden. Ist sie trocken und rissig, so verrät sie meist große Allgemeinschwäche des Kindes, Erschöpfung und Abspannung, die, wenn sie nach einigen Tagen Bettruhe und leichten Suppen als Nahrung nicht behoben ist, besser vom Arzt in Behandlung genommen wird. Zeigen sich dagegen kleine Blüthen und einzelne Entzündungsstellen, mit Einrissen in der Zunge, so sind diese Erscheinungen meist auf Verdauungsstörungen zurückzuführen und verschwinden nach einigen Tagen von selbst. Zeigt sich jedoch hier und da ein harter Knoten an ihr, oder ist ein grauer, zäher Belag darüber vorhanden, so sollte jede eigene Behandlung des Mundes: Häufige laue Mundbäder mit wenig Alaun und fleißiges Bürsten der Zähne nur bis zur Behandlung durch den Arzt fortgesetzt werden. Denn meist ist bei diesen Anzeichen eine schwere innere Erkrankung im Anzuge.

Dr. S.

## Gartenbau und Blumentultur.

Den Einfluß der Temperatur auf die Obstfrüchte können wir leicht wahrnehmen, wenn wir solche in geheizten Räumen aufstellen. Die Wärme beschleunigt die Lebensprozesse in viel höherem Maße als trockene, kalte Luft. Deshalb soll im Lagerraum eine möglichst gleichmäßige, niedrige Temperatur herrschen. Je geringer diese ist und je kleiner die Schwankungen zwischen Sommer- und Wintertemperatur sind, desto geeigneter ist der Raum. Je höher die Temperatur ist, um so rascher geht die Umsezung von Stärke in Zucker vor sich und um so rascher ist die Frucht genußreif; sie kann aber auch in diesem Falle nicht lange Zeit aufbewahrt werden. Am besten wäre eine konstante Temperatur von 1–3° C. Das Ausreifen der Früchte geht in diesem Falle nur langsam vor sich und die Fäulnispilze können sich bei dieser Temperatur nicht entwickeln. Licht brauchen die Früchte bei der Lagerung nicht. Direktes Sonnenlicht befördert das rasche Reifen der Früchte und ist deshalb von den Früchten fernzuhalten; dagegen beeinflusst das zerstreute Tageslicht (wie es durch die meist kleinen Kellerfenster einbringt) die Haltbarkeit des Obstes nicht.

„Schweizer Bauer“.

**Wurzelsäulnis** der Topfgewächse ist eine Krankheit, welche die Pflanzen meistens eingehen läßt. Die ersten Anzeichen dafür sind schlaffes Herabhängen der Blätter, das leider die meisten für ein Zeichen von Wassermangel der betreffenden Pflanze halten. Wird dann weiter gegossen, so greift die Wurzelsäulnis immer mehr um sich. Um nun diesem Uebel abzuwehren und die betreffende Pflanze vor dem Verderben zu retten, ist ein Umsetzen derselben in völlig neue Erde notwendig. Nachdem man vom Wurzelballen die alte Erde vorsichtig abgelöst hat und die kranken Wurzeln bis zu ihrem gesunden Teil mit scharfem Messer entfernt, wird sie in einen Topf mit neuer, leichter Erde umgesetzt. Diese Mischung stellt man aus gleichen Teilen Laub- und Heideerde mit reichlich Sand und nur wenig Rasen- und Mistbeeterde her. Nachdem man auf das Abzugloch einen Scherben gelegt, füllt man die Erde bis zur Hälfte ein und hält den Wurzelballen mit der linken Hand in die Mitte, während man mit der rechten Hand ringsum Erde bis 1 Cm. vom Rande entfernt nachfüllt. Danach drückt man sie fest und gießt nun leicht mit temperiertem Wasser von 25° C. an. Das Gießen selbst darf nur mäßig geschehen, sofern nicht einzelne Pflanzen großes Wasserbedürfnis haben. S. V.

### Sterzucht.

Um einen Kanarienvogel zu zähmen, stelle man ihn nie niedriger als das menschliche Auge, und so, daß man sich zwischen dem Licht und dem Vogel befindet, auch muß man ihn immer gleichmäßig ruhig behandeln und freundlich mit ihm sprechen. Man darf ihn niemals durch plötzliches Herantreten erschrecken oder ihm mit heftiger Bewegung einen Leckerbissen (ein kleines Stückchen Obst, Löffelbiscuit, auch wohl Zucker oder Grünkraut) reichen.

Stellen sich bei einem Kanarienvogel Atmungsbeschwerden ein und ist Erkältung die Ursache hiervon, auch Lungenentzündung noch hinzugetreten, so ist der Vogel in gleichmäßig warmer, etwas feuchter Luft, deren Temperatur namentlich auch über Nacht nicht zu weit herabsinken darf, zu halten, auch möglichst der Sonne auszusetzen. Sollten die Nasenlöcher verstopft sein, so reinige man diese öfters mit einer in verdünntes Glycerin getauchten kleinen Feder.

### Frage-Ecke.

#### Antworten.

112. Rirschwasser, Rum &c. geben allem Gebäck einen pikanten Geschmack, der nicht so leicht durch irgend eine andere Beimischung

ersetzt werden kann. Ich finde aber, auch ohne diese Zugaben läßt sich ein sehr gutes Gebäck herstellen, wenn man mit Überlegung zuwerke geht. Was glaubte man früher z. B. ohne Eier nicht kochen und backen zu können! Und heute kocht man auch schmachtend ohne diese Beigabe. Wir sind vor dem Kriege in eine gewisse „Raffiniertheit der Genüsse“ hineingeraten und es ist gut, daß der große Lehrmeister uns wieder besser „auf die Finger sieht“!

113. Dörrfrüchte sollten in lauwarmem Wasser gewaschen und nach der Reinigung wieder in lauwarmem Wasser über Nacht eingeweicht werden. Dadurch verkürzt sich die Kochzeit am andern Tage und die Fruchtsquellen viel gründlicher auf, als wenn sich der ganze Prozeß auf dem Feuer vollziehen muß. Sehr zu empfehlen ist auch, nach einiger Kochzeit die Pfanne abzustellen und gut zugedeckt eine halbe Stunde stehen zu lassen. Ich beobachtete, daß die Früchte, die auf diese Art (also im Dampf) aufquellen, einen viel feineren Geschmack annehmen, als wenn sie „in einem Zug“ gekocht werden. Auch im Selbstkocher gehen sie schön auf. Friba.

114. Ich ziehe Straußfedern sorgfältig durch warmes Seifenwasser und spüle sie mit lauwarmem Wasser, bis dieses ganz rein abläuft. Nachher werden die Federn in der Nähe des Ofens zum trocknen aufgehängt. Kräuseln sie sich nicht von selbst wieder, so hilft man mit der Schere nach. E.

### Fragen.

115. Ich möchte gerne einen Selbstkocher oder eine Kochkiste anschaffen. Nun wurde mir der Selbstkocher „Sana“ empfohlen. Könnte mir vielleicht jemand aus Erfahrung sagen, ob dieses System gut ist oder ob es noch empfehlenswertere gibt? Zum voraus besten Dank.

Frau vom Lande.

116. Hat das Nidalgeschirr gegenüber anderem einen Vorteil, d. h. beeinflusst es die Güte der Speisen? Ist es für einen bürgerlichen Haushalt nicht zu teuer? Man sagt, daß für die elektrische Küche nur Nidel in Frage kommen könne. Stimmt das? B.

117. Wie verwertet man Seidenresten, die für Garnituren nicht mehr in Frage kommen können, am besten? S.



**Reeses**  
**Backwunder**  
macht Kuchen  
größer  
lockerer  
verdaulicher  
Prakt. gratis-Rezept