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

Band: 24 (1917)

Heft: 8

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. 8. XXIV. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern Zürich, 14. April 1917.

Eitles Klagen und Wimmern
Wird deine Not verschlimmern,
Lege nur frisch die Hände an,
So ist das Schlimmste schon abgetan.

Winke zum Gebrauch der Kochkiste.*)

(Selbstkocher, Dampfhaube.)

Die Herstellung der Kochkiste ist unseren Leserinnen bereits bekannt. Auf dem gleichen Prinzip wie das Garkochen mittels der Kochkiste beruht auch dasjenige mit Hilfe der Dampfhaube. Auch eine solche läßt sich mit ganz primitiven Mitteln von der Hausfrau selbst herstellen. Man legt 18—20 große Zeitungen aufeinander, heftet sie in der Mitte mit einigen Stichen fest und schneidet daraus ein so großes, rundes Stück, daß es über das Kochgefäß gelegt noch zirka 1 Cm. auf dem Rande des Tisches aufliegt. In derselben Größe schneidet man ein Stück Stoff (Matratzendrilch, Sackleinen oder dergl.), macht ringsherum einen Saum und zieht eine Schnur durch. Um dieselbe Haube für Geschirre verschiedener Größe verwenden zu können, bringt man in einiger Entfernung vom Rand durch Untersetzen eines Stoffstreifens einen zweiten Zug an. Die Speisen werden wie für den Selbstkocher (Kochkiste) vorbereitet und gleich lange vorgekocht. Dann hebt man rasch den heißen äußern Gußring des Gasbrenners auf eine feuersichere Unterlage (Asbest, Blech usw.), stellt das Kochgefäß darauf, gibt rasch die Papier- und die Stoffhülle darüber und zieht die Schnur zu. Zuletzt stülpt man noch ein weites Kochgefäß darüber. Die Gerichte sind nach $2^1/_3$ bis 3 Stunden noch vollständig heiß.

Für Speisen, die keine sehr lange Kochzeit brauchen, wie Reis, Teigwaren, Dörrobst, das man zuvor eingeweicht hat, eignet sich auch zum vollständigen Garkochen das bloße Umhüllen mit Papier. Man breitet für ein kleineres Gefäß zirka acht größere Zeitungen auf dem Tisch vor sich aus und hält ebensoviele neben sich bereit. Nachdem der Topfinhalt wie zum Einstellen in die Kiste vorgekocht worden ist, stellt man ihn auf die Zeitungen, schlägt ein Blatt rasch dem Rand des Gefäßes nach in die Höhe, gibt eines der bereitliegenden Blätter ebenso rasch darüber und über den Rand hinunter, dann wieder eins von unten herauf und so fort, bis alle Zeitungen zum Umhüllen verwendet worden sind; zuletzt deckt man ein dickes Tuch darüber. Der Inhalt ist nach $1^1/_2$—2 Stunden noch heiß.

Allgemeine Gebrauchsregeln.

Es gelten für die Dampfhaube die gleichen wie für den Selbstkocher (Kochkiste.)

Vor dem Einsetzen sollen die Speisen mindestens 1—2 Minuten noch vollständig

*) Aus der empfehlenswerten Schrift: Die Kochkiste, Herstellung und Gebrauch, von Frau Hofmann-Egli, Haushaltungslehrerin. Verlag Huber & Co., Frauenfeld.

zugedeckt in den für den Selbstkocher bestimmten Geschirren langsam kochen.

Das Einsetzen soll möglichst rasch und sorgfältig geschehen; deshalb stelle man den Selbstkocher vor Gebrauch nahe zum Herd. Das Überdecken und Zuschließen des Selbstkochers soll ebenfalls sehr rasch geschehen; er komme keinenfalls an einen zugigen Ort oder direkt auf den Steinboden zu stehen.

Der Selbstkocher soll natürlich nicht vor Ablauf der zum Garwerden der Speisen nötigen Zeit geöffnet werden; es brennt ja auch weder etwas an noch kocht etwas über. Will man sich aber doch einige Zeit vor Gebrauch überzeugen, ob die Speise genügend gekocht werde oder sie auf ihren Geschmack prüfen, so muß sie vor dem Wiedereinsetzen nochmals zum Kochen gebracht werden.

Im allgemeinen soll für die verschiedenen Speisen ungefähr die doppelte Kochzeit berechnet werden wie beim Kochen auf dem Herde; ein längeres Verweilen der Speisen im Apparat schadet ihnen indessen nicht.

Vorteile.

Die Vorteile, die ein guter Selbstkocher (Dampfhaube, Kochkiste) bei richtiger Vorbereitung der Speisen bietet, lohnen die Mühe, die ihre Herstellung erfordert, reichlich; denn

1. ergibt sich eine bedeutende Ersparnis an Brennmaterial. Die meisten Speisen brauchen ein Sechstel der Kochzeit auf offenem Feuer, wenn sie zum vollständigen Garwerden in den Selbstkocher gestellt werden.

Diese Ersparnis ergibt sich besonders deutlich bei Gas- und Petrol- oder Spiritusfeuerung, doch läßt sie sich immer auch bei Holz- und Kohlenfeuerung erzielen; es wird bei letzterer nur während kurzer Zeit ein lebhaftes Feuer benötigt.

2. werden einzelne Nahrungsmittel vollständiger gar und für unsern Körper besser vorbereitet, wenn wir sie im Selbstkocher kochen, d. h. wenn sie längere Zeit einer gleichmäßigen Hitze einige Grad unter dem Siedepunkt ausgesetzt werden. Die stärkemehlhaltigen Nahrungsmittel (wie Makkaroni, Reis, Mehlsuppen usw.) quellen gleichmäßiger auf, ohne breiig zu zerkochen, weil die warme Flüssigkeit langsam von den Zellen aufgenommen werden kann und die Masse ruhig bleibt (nicht „brodelt“), so daß die Zellhäute nicht zersprengt werden. Es kann auch nichts anbrennen und nichts einkochen, denn die einmal beigefügte Flüssigkeit verdampft nicht. Wenn wie bei Reis, Makkaroni u. a. die Flüssigkeit zum Aufquellen vollständig verbraucht wird, so „sitzen“ die betreffenden Gerichte doch nicht „an“. Einzelne stark wasserhaltige Nahrungsmittel, wie Fleisch, grüne Gemüse, geben sogar einen kleinen Teil ihrer eigenen Flüssigkeit ab, brauchen also eher weniger Wasserbeigabe.

Die eiweißhaltigen Nahrungsmittel, wie Fleisch, Hülsenfrüchte u. s. w., werden im Selbstkocher gekocht den Verdauungs-Organen zuträglicher. Das Eiweiß ist bekanntlich um so schwerer verdaulich, je härter es geronnen ist. Werden eiweißhaltige Speisen unter dem Siedegrad gar gemacht, so bleibt das Eiweiß leichter löslich, d. h. es gerinnt weniger hart. Überdies bleibt das einigen Nahrungsmitteln eigene Aroma diesen besser erhalten; denn es kann nicht wie beim langen Kochen auf offenem Feuer mit dem Dampf entweichen, ein Vorteil nicht nur für den Wohlgeschmack der Speisen, sondern auch für die Wohnung, die weniger von allerlei Kochgerüchen und Dampf durchsetzt wird.

3. fällt bei Benützung eines Selbstkochers für manche Hausfrau die große Zeitersparnis stark in Betracht. Ist die Speise einmal gut vorbereitet im Apparat, so bedarf sie keiner Aufmerksamkeit mehr. Die Berufsfrau kann ruhig ihrer Arbeit nachgehen und das Essen, wenn sie es am Morgen gleich nach dem Frühstück im Selbstkocher (Kochkiste) vorbereitet hat, kurz vor der Mahlzeit fertig herausnehmen, d. h. es vielleicht durch eine kleine Beigabe, die nicht lange mitkochen sollte, noch vervollständigen. Ebenso schätzenswert ist dies auch für die vielbeschäftigte Hausfrau und

Mutter, die am Morgen meist ruhiger und ungestörter die Speisen herrichten kann und froh ist, die übrige Zeit ihren weitern Pflichten ganz widmen zu können. Freilich, eines setzt die zweckmäßige Benützung des Selbstkochers voraus: die Hausfrau muß sich gewöhnen, mindestens tags zuvor schon zu wissen, was sie am folgenden Tag kochen will, um alles Nötige am Morgen bereit zu haben. Die direkte Anregung zu vorheriger Überlegung der Zusammenstellung der Mahlzeiten kann füglich als ein weiterer Vorteil der Kochkisten-Apparate bezeichnet werden.

4. bedeutet der Selbstkocher eine Wohltat bei der Kranken- und Kinderpflege. Bedarf man des Nachts warmen Thee, Schleimsuppe oder warmes Wasser für Wickel oder Bäder, so stellt man solches vor dem Zubettgehen fertig vorbereitet und möglichst heiß in den Kocher, stellt diesen ins Krankenzimmer und mit wenig Mühe hat man zu jeder Zeit das Nötige zur Hand. Eis hält sich länger frisch, wenn es in einem Geschirr im Selbstkocher aufbewahrt wird.

Zum Warmhalten des Schleims oder der Milch für kleine Kinder empfiehlt es sich, einen besonderen Behälter einzurichten. Eine der bekannten großen Kakaobüchsen eignet sich vorzüglich hiezu. Sie wird wie eine Kochkiste mit einem knappen Raum für die Flasche ausgefüllt. Die Mutter kann mit Ruhe, wohl am besten gleich wenn das Kind zu schlafen angefangen, die Nahrung, die es beim Erwachen bekommen soll, vorbereiten, sie ganz heiß in die Flasche füllen und diese gut verkorkt in den Behälter stellen und gut überdecken. Um das Springen der Flasche beim Einfüllen der heißen Flüssigkeit zu verhüten, halte man diese umgestülpt eine Weile über die kochende Speise, damit das Glas durch den aufsteigenden Dampf schon etwas erwärmt werde, fülle erst langsam ein, verschließe gut mit einem Kork und schüttle das Eingefüllte ein wenig um. Nach drei Stunden wird der Inhalt der Flasche angenehm warm sein.

Auch zum Sterilisieren ist der Selbstkocher verwendbar, freilich nur für weiche Früchte und Fruchtsäfte, die einer Temperatur von weniger als 100 Grad ausgesetzt werden müssen. Der Inhalt des Sterilisiertopfes wird auf 10 bis 15 Grad höhere Temperatur gebracht als vorgeschrieben, dann möglichst rasch in den Kocher gesetzt und die vorgeschriebene Zeit darin gelassen. Beim Herausnehmen vergewissere man sich mittels des Thermometers über die im Topfe vorhandene Temperatur. Sie wird nur wenig gesunken und kaum so tief sein als die vorgeschriebene Minimaltemperatur, wenn das Einsetzen rasch von statten gegangen ist.

Erwähnenswert mag noch sein, daß sich im Selbstkocher auch Glacen herstellen lassen. Die Crêmen usw. werden nach Vorschrift gemischt in ein kleines Gefäß gegeben und dieses in einen Topf gestellt, auf dessen Boden eine ca. 5 Cm. dicke, schichtweise mit Salz vermischte Lage Eisstückchen gegeben wird. Ebenso muß seitlich und über das Gefäß mit der Crêmemasse Eis mit Salz gegeben werden. Im Selbstkocher wird die Crême nach zwei Stunden halb, nach vier Stunden festgefroren sein.

Einiges über die häufigsten Geflügelkrankheiten.

(Nachdruck verboten.)

Für den Züchter heißt es in erster Linie: Verhindere die Krankheiten. Dieses ist selbstverständlich leichter, als heilen. Sehr viele, weitaus die meisten Krankheiten verschuldet der Züchter selbst; die Wurzel alles Übels ist die Unreinlichkeit. Hierin haben alle ansteckenden Krankheiten den besten Nährboden, und da, wo keine Reinlichkeit herrscht, herrscht auch keine Gesundheit unter den Tieren. Ohne Gesundheit ist aber keine Richtung der Geflügelzucht nutzbringend und befriedigend. Man kann dem Anfänger nicht genug ans Herz legen: Sieh' auf peinlichste Reinlichkeit! Wer es in dieser Beziehung an nichts fehlen läßt, wird mit Krankheiten wenig zu tun

haben. Aber dennoch können ansteckende Krankheiten bei ihm auftreten, jedoch werden sie niemals einen solchen Umfang annehmen, wie da, wo es an der Reinlichkeit mangelt.

Die gefährlichste Krankheit ist wohl die Cholera, auch Typhoid genannt. Sie beruht auf Ansteckung. Die Tiere sterben oft plötzlich, ohne vorherige Anzeichen; in der Regel aber macht sich ein grünlicher Durchfall bemerkbar, es treten Atembeschwerden ein, der Kamm wird blau und die Tiere sitzen schlafend umher. Von einer erfolgreichen Behandlung kann kaum die Rede sein. Man gebe zum Trinkwasser auf 2 Liter 1 Theelöffel Salzsäure. Wichtig ist es, wie bei allen ansteckenden Krankheiten, die gesunden Hühner sofort aus dem Bestande zu entfernen. Man lasse die kranken da, wo sie waren (denn die Räume sind doch meistens schon sehr verseucht), und entferne die gesunden! Die toten Tiere verbrenne man vorsichtig oder grabe sie tief ein, und begieße sie zuvor tüchtig mit Lysol oder Kreolin. — Die bazilläre Form der Diphtherie beruht ebenfalls auf Ansteckung. Belag im Halse, Schlingbeschwerden, Atemnot, geschwollene Köpfe, verklebte Augen sind hier die Anzeichen. Man verfahre, wie vorstehend angegeben und verwende die Sprattsche Diphtherietinktur nach Anweisung, ein in der Praxis oft erprobtes Mittel. Darre, Schnupfen, Bronchitis sind Krankheiten, die man ebenfalls nicht leicht nehmen darf, weil sie nicht selten zur Diphtherie werden und auch an sich die Tiere herunter bringen können. Auch hier leistet die genannte Tinktur gute Dienste. Da diese Krankheiten auf Erkältung — auch wohl auf Ansteckung beruhen, so gebe man den erkrankten Hühnern einen gut gestreuten, warmen Stall, der zugleich auch luftig und hell sein muß, füge dem Trinkwasser etwas Eisenvitriol bei und pinsele, wenn nichts anderes zur Hand ist, Nase und Rachen mit Salzwasser. Noch eine ansteckende Krankheit sei hier erwähnt: der weiße Kamm, auch Kammgrind genannt. Die Ursache sind Schimmelpilze, die sich an den Fleischteilen des Kopfes ansetzen und sich auf Hals und Körper ausdehnen. Oft hilft hier Sublimatsalbe, besser aber noch Karbolineum!

Es sind dies wohl die wichtigsten ansteckenden Krankheiten. Man soll die Ställe und Ausläufe, wo kranke Tiere gehalten wurden, gründlich reinigen und die Ausläufe umgraben und eine Zeitlang unbewohnt liegen lassen. Besonders bei Diphtherie sei man in bezug auf die Ausläufe vorsichtig, die Krankheit schleppt sich sonst Jahre hindurch hin. Sie bricht plötzlich wieder aus, wenn man monatelang nichts gemerkt hat, besonders dann, wenn neue Hühner hinzugekauft worden sind. Die Tiere des alten Bestandes sind dadurch, daß sie die Krankheit mit durchgemacht haben, seuchenfest. Darum erscheinen auch oft die aus dem Auslande eingeführten Legehühner vollständig gesund und bleiben auch bei uns am Leben, während unsere gesunden Bestände von der Diphtherie befallen werden, deren Bazillen die Ausländer mitbrachten. Keine Krankheit ist so tückisch, keine schleppt sich so lange hin und verseucht so den Stall und den Auslauf. Wir kennen Bestände, die seit zehn Jahren die Krankheit nicht los geworden sind und der Besucher merkt kaum den tödlichen Hauch, der hier jede gesunde Entwicklung hemmt und die Gesundheit aller Tiere untergraben hat. Gerade dies macht die Diphtherie so furchtbar. Wir geben den dringenden Rat, nach dem Auftreten von schwerer bazillärer Diphtherie alle Tiere des Bestandes, die an der Krankheit litten, von einer weiteren Zucht auszuschließen, die Ställe und Ausläufe in Zeitabschnitten von vier zu vier Wochen etwa drei- bis viermal gründlich zu desinfizieren und in der Zeit von etwa sechs Monaten kein Geflügel in den verseucht gewesenen Räumen zu halten.

K. K.

Auch auf das kleinste Geschäft verwende weiseste Treue!
Treue im Kleinsten macht die Treue dir leicht in dem Größten.

Lavater.

Haushalt.

Kohlenstaub und -Abfall auszunutzen, ist vielen Hausfrauen, auch heute, zur Zeit des Mangels noch nicht geläufig. Ja, es kommt nicht selten vor, daß dieser Abfall einfach als unverwendbar weggeworfen wird. Und doch ist er noch tadellos als Brennmaterial zu verwenden, wenn man eine kleine Arbeit zur Vorbereitung dazu nicht scheut. Er muß nämlich zuvor angefeuchtet werden und zwar am besten in einen Eimer gefüllt und mit Wasser übergossen, wobei man ihn öfter auflockert, wodurch er gleichmäßig feucht wird. Nachdem er einen Tag gestanden hat und recht weich geworden ist, füllt man je eine Schaufel voll von dieser weichen Kohlenmasse in eine Tüte oder Papier, wickelt es zu einem länglichen Brikett zusammen und läßt dieses, in Zwischenräumen auf ein Brett gelegt, in einem warmen Raum trocknen. Sie lassen sich, wenn ausgetrocknet, ganz vorzüglich in Küchen- und Waschhausöfen verfeuern. Im letzteren des Abends beim Verlassen der Waschküche dicht nebeneinander auf die Glut gelegt, erhalten sie den Kessel mit seinem Inhalt die ganze Nacht kochend heiß und ersparen dadurch viel Zeit, die am Tage zum Kochen der Wäsche verwendet werden müßte.
L. M.

Die vorzeitige Abnutzung der Regenschirme liegt zumeist an der unzweckmäßigen Behandlung derselben. Man sollte es sich zur Regel machen, trotz der Unbequemlichkeit, die es verursacht, nach jedem Ausgang die Schirmhülle abzuziehen und den Schirm ungefaltet aufzubewahren, da andernfalls der Stoff in den Falten bricht. Weiter sollte der nasse Schirm weder ganz geschlossen noch ganz ausgespannt zum Trocknen aufgestellt werden, sondern man öffne ihn nur halb, umwickle den Griff zur Schonung mit etwas Papier oder Tuch und lasse ihn in eine Ecke gelehnt, in dieser Stellung völlig austrocknen, ehe man ihn wegstellt. Ferner wird er vor vorzeitiger Abnutzung bewahrt, wenn man es sorgsam vermeidet, den geschlossenen Schirm beim Tragen an der Stabstelle anzufassen, wie es vielfach geübt wird. Dadurch werden die Nahtstellen an den unteren Spitzen der Stäbe oft schon in kurzer Zeit abgegriffen, die Saumnähte trennen sich auf und der Stoff zerreißt, während er sonst noch überall tadellos ist. Endlich aber sollen von Zeit zu Zeit die kleinen Scharniere im Innern des Schirmes mit einigen Tropfen feinen Maschinenöls benetzt werden, damit sie nicht rosten und dadurch den Bezug vorzeitig zerstören. H. E.

Möbelkitt für Holzleisten, gedrechselte Verzierungen u. dergl. kann man sofort anfertigen ohne Leim, indem man Schellack in Weingeist auflöst, so daß eine dickliche, leimartige Flüssigkeit entsteht, die man in gut verschlossenen Gläsern für alle Reparaturen an Möbeln lange aufbewahren und benutzen kann.

Trüb gewordene Spiegel reinigt man am besten mit ganz verdünnter Salzsäure, welche mit einem Schwamm aufgetragen wird. Die Säure darf nicht zu lange auf dem Glase haften bleiben, auch muß man sehr vorsichtig damit umgehen, weil sie die Hände stark angreift. Das Glas wird hierauf mit Wasser abgewaschen, abgetrocknet und mit Zeitungspapier blank gerieben. Man kann es auch mit Englischrot polieren.

Ein einfaches Mittel zum reinigen der Fensterleder ist kaltes Wasser mit etwas Kochsalz vermischt; es nimmt alle Schmutzstreifen hinweg.

Sind Schwämme nach längerem Gebrauche in ihren Poren schleimig und unappetitlich geworden, so lege man sie 1—2 Tage in Wasser, dem man reichlich Salmiak zugesetzt hat und welches man mehrere Male erhitzt. So werden sie wieder schön und rein.

Das Hellerbrennen des Petroleums erzielt man durch einen Zusatz von ein wenig Kampfer. Ein Stückchen von der Größe einer Haselnuß reicht für zwei Wochen. Man stößt den Kampfer fein und tut ihn in den gläsernen Ölbehälter der Lampe. Dies bewirkt, daß die Flamme, ihren Rauch verzehrend, heller und nicht zuckend, gleichmäßig fortbrennt. Den gleichen Erfolg erzielt man durch Zusatz von 1 Theelöffel voll Kochsalz. M. K.

Küche.

Kochrezepte.

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

Frühlingskräutersuppe. Für 4 Personen. 250—375 Gr. Frühlingskräuter (Kerbel, Selleriekraut, junge Brennessel, Sauerampfer u. s. w.) 1½ Eßlöffel Fett, 1 Zwiebel, 4 Eßlöffel Mehl, 1¼ Liter Wasser, 1 Eßlöffel Salz. Die Kräuter werden verlesen, gewaschen und fein gewiegt. Im zerlassenen Fett dünstet man die geschnittene Zwiebel glasig, gibt die Kräuter dazu, läßt sie mitdünsten, dann streut man das Mehl darüber, gießt das kochende Wasser zu, salzt, läßt die Suppe 10 Minuten kochen und schmeckt sie ab.

Gekochtes Kuheuter. Für vier Personen. 500 Gr. Kuheuter, Wasser zum Erhitzen, 1½ Liter Wasser, 1 Eßlöffel Salz, 1 Zwiebel, Gewürze, zur Sauce: knapp 1 Eßlöffel Fett, 1 Zwiebel, 3 Eßlöffel Mehl, ½ Liter Brühe vom Kuheuter, 3—4 Eßlöffel Essig, 1 Prise Pfeffer. Das Kuheuter wird gewaschen, mit

kaltem Wasser aufgesetzt, erhitzt, dann das Wasser wieder abgegossen. In 1½ Liter frischem heißem Wasser, mit Salz, Zwiebel und Gewürz wird dann das Euter langsam weichgekocht (4—5 Stunden), am besten Tags vorher in der Kochkiste. Aus Fett, Mehl und Zwiebel wird nun eine helle Mehlschweitze gemacht, mit ½ Liter vom Kochwasser glatt gerührt, 10 Minuten kochen gelassen und mit Essig und Pfeffer abgeschmeckt. Das in Würfel geschnittene Kuheuter läßt man nun in dieser Sauce heiß werden, aber nicht mehr kochen.

Aus „Nahrhafte Kost".

Schafskoteletten mit Reis. Das erforderliche Quantum Reis schwellt man rasch im Wasser, bringt in eine irdene Kasserolle eine Lage davon nebst Salz, dann legt man die Koteletten, die gut geklopft sein müssen, auf den Reis, legt wieder etwas Salz und eine Lage Reis darauf, gießt dann soviel Fleischbrühe dazu, als der Reis zum weich werden braucht, deckt es zu, stellt es in den Ofen und läßt es solange darin, bis sich oben eine starke Kruste gebildet hat.

Gedünsteter Spinat (italienisch). Zeit 1 Stunde. 1 Kilo Spinat, etwas Speck, 20 Gr. Fett, 30 Gr. Parmesankäse, 2 Deziliter Fleischbrühe oder Wasser, Würze. Der rohe gewaschene Spinat kommt in das heiße Fett, in welchem der würflig geschnittene Speck gelb gebraten wurde, in einen gut schließenden Schmortopf nur mit dem vom Waschen noch anhängenden Wasser. Man läßt ihn gut zugedeckt auf schwachem Feuer ¼ Stunde dünsten, gibt die Fleischbrühe dazu, dünstet unter mehrmaligem Umrühren eine weitere halbe Stunde und gibt fünf Minuten vor dem Anrichten den geriebenen Käse darunter. Ein vorzügliches Gericht. Im Dampfkocher ohne Zutaten weich gedämpft und nachher in gewohnter Weise abgekocht, wird der Spinat sehr schmackhaft. Aus „Gritli in der Küche".

Gemischte Klöße. Hiezu verwendet man Kohlrüben und Kartoffeln zu gleichen Teilen. Nachdem man die Kohlrüben geschält und von allem Holzigen befreit hat, reibt man sie ganz fein auf dem Eisen, ebenso die geschälten Kartoffeln. Diese Masse mischt man mit Salz und Mehl zu einem nicht zu festen Teig, von dem man mit feuchten Händen mittelgroße Klöße formt, die in leichtem, wallendem Salzwasser so lange gekocht werden, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Sie werden mit einer würzigen Zwiebel- oder Meerrettigsauce serviert. V.

Haferflocken mit Rhabarber. Der erste junge Rhabarber gibt zusammen mit Haferflocken eine vortreffliche Speise für den Abendtisch. Die mit Milch recht dick ausgequollenen Haferflocken mischt man mit Rhabarber, den man mit Zitrone und Zimt in wenig Wasser zu Brei gekocht hat, fügt einen Theelöffel Apfelwein bei und bestreut die würzig schmeckenden Haferflocken beim Anrichten mit gemischtem Zucker und Zimt.

Spinatwähe. 1 Kilo Spinat wird gewaschen und mit wenig Wasser leicht gedämpft. Man schüttet ihn auf ein Sieb, läßt ihn etwas abkühlen und hackt ihn. Jungen Spinat hackt man am besten roh, er schmeckt kräftiger. Dann dämpft man etwa 100 Gr. kleinwürflig geschnittenen Speck mit reichlich fein gehackter Zwiebel und Petersilie und gibt dies heiß über den Spinat. Einige Löffel Mehl werden mit Spinatwasser, etwas Rahm und zwei Eiern gut angerührt und mit dem Spinat gemischt und gesalzen. Man bringt die Spinatmasse dem Bäcker und läßt sich eine Wähe backen, oder man belegt ein Kuchenblech mit Brot- oder Weggliteig und bäckt die Wähe im gut geheizten Ofen.

Aus „Was koche ich morgen?"

Gesundheitspflege.

Zur Haarpflege. Es ist merkwürdig, daß die allgemeine Kopfunreinlichkeit und die Anschauung von der Schädlichkeit des Kopfwaschens eine Eigentümlichkeit europäischer Völker zu sein scheint. Das ist bei den asiatischen Kulturvölkern meiner Erfahrung nach nicht der Fall. Wer sein Haar regelmäßig wäscht, wird es auch einfetten müssen. Bei vielen Männern allerdings und der Mehrzahl der Frauen sondert der Haarboden soviel Fett ab, daß das nicht nötig ist. Jeder wird das aus dem Zustande seines Haares am besten beurteilen können. Gesagt sei nur, daß eine Einfettung nie, Trockenheit dem Haare aber leicht schadet. Pomaden fetten das Haar nur an der Spitze ein und sind deshalb kein kosmetisch empfehlenswerter Artikel. Dr. Orlowski empfiehlt in seiner „Schönheitspflege", die Haare nur mit Rizinusöl einzufetten, das folgendermaßen angewandt wird. Man schüttet zu einer Flasche, die zu ¾ mit Spiritus gefüllt ist, Rizinusöl zu, schüttelt es gut, wobei sich das Rizinusöl im Spiritus löst. Hat man an Kopfschuppen gelitten, so kann man einen Spiritus mit 1% reinem Resorzin, 2% Salizylsäure und 10% Rizinusöl benutzen. Diese Lösung fettet natürlich nicht so stark, was manchem lieber ist. Parfümieren kann man nach Belieben, recht angenehm ist ein kleiner Schuß von Perubalsam, etwa 5 Gramm auf 200 Gramm Spiritus, der gleichzeitig noch den Ruf eines Haarwuchsmittels hat, und das Doppelte Kölnisches Wasser. Etwas davon gießt man in ein Reagensglas, steckt darauf einen Sprayapparat und spritzt sich davon etwas ins Haar. 200 Gramm einer solcher Lösung reichen für Monate. Will man den Sprayapparat

umgehen, so muß man einen Kork mit Löchern benutzen, was aber im Gebrauch lange nicht so sparsam ist, und bei dem das Fett eben nur auf den Haarenden bleibt, wie bei der aufgeschmierten Pomade, während beim Sprayapparat das ganze Haar mit einer feinen Schicht Fett umgeben wird. Mehr als eine Einfettung täglich wird nicht nötig sein. Diese Einfettung ersetzt das übliche Haarwasser.

Krankenpflege.

Gutes einfaches Mittel gegen Hexenschuß. Durch irgend eine ungeschickte Bewegung, die vielleicht mit einer gleichzeitig entstehenden Erkältung der betreffenden Körperteile zusammentrifft, zieht man sich bekanntlich oft und recht unerwartet jene schmerzende Muskelspannung zu, die den zutreffenden volkstümlichen Namen „Hexenschuß" erhalten hat. Tagelang bleibt man dadurch nach allen Seiten hin gehemmt und im besten Falle helfen die Salben und Pflaster nach ein- bis zweitägiger Anwendung. Ein probates, rasch wirkendes Heilmittel ist das tüchtige Reiben mit einer harten, reinen Bürste, die ja auch sonst als Hautpflegemittel verwendet werden kann, und zwar strichweise, indem man die gleiche Richtung beibehält. Öl oder Salbe kann trotzdem eingerieben werden, doch wird das konsequente, feste und ruhige Bürsten der betroffenen Gegend die Hauptsache vollbringen. Sogar bei einsetzenden rheumatischen Schmerzen, die durch reine Erkältung entstehen, kann dieses Bürsten Wunder vollbringen. Probierts! -y-

Kinderpflege und -Erziehung.

Deine erste erzieherische Tätigkeit bei deinem Kinde soll die Anleitung zur Reinlichkeit sein. Schon im dritten Monat mußt du anfangen, dein Kindchen, wenn es wach ist, von Zeit zu Zeit über das Töpfchen zu halten. Du wirst bald ausfindig machen, zu welchen Zeiten dieser Versuch am meisten Aussicht auf Erfolg hat. Die Stuhlentleerungen eines gesunden Kindes stellen sich häufig schon im zweiten Monat regelmäßig zu gleichen Zeiten ein, meist am Morgen nach dem Erwachen, und können dann leicht ins Töpfchen aufgefangen werden. Bleibst du beharrlich bei der Bestrebung, das Kind rein zu gewöhnen, so wird es dir auch frühzeitig seine Bedürfnisse zu verstehen geben. Nicht nur ersparst du dir selbst sehr viel Arbeit und Auslagen für Wäsche, auch das Kind hat den größten Vorteil von dieser Erziehung. Es wird viel weniger leicht wund und entgeht dem Kampf gegen seinen Eigensinn, den man bei der Gewöhnung in spätern Monaten regelmäßig zu bestehen hat. Vom zweiten Halbjahr an müssen die Kinder auch nachts zwei bis drei Mal aufs Töpfchen gesetzt werden; so kann man sie oft schon am Ende des ersten Jahres an nächtliche Reinlichkeit gewöhnen. Dann muß aber die letzte Tagesmahlzeit aus Brei, nicht aus Milch bestehen.

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

Gartenbau und Blumenkultur.

Der Rhabarber (Rheum officinale), welcher vom zeitigen Frühjahr an, bis in den Sommer hinein ein wohlschmeckendes, erfrischendes Kompott liefert, wird von Kennern sehr geschätzt. Namentlich bei den Hausfrauen steht er in hohem Ansehen, infolge seiner vielseitigen Verwendungsmöglichkeit. Wo keine alten Rhabarberstauden vorhanden sind, die zwecks Neuanpflanzung zerteilt werden können, ist im Frühjahr eine Aussaat vorzunehmen, oder noch besser angetriebene Pflänzchen zu setzen, die in jeder Handelsgärtnerei billig zu haben sind. In letzterem Falle hat man die Annehmlichkeit, noch im selben Jahre die erscheinenden zarten Blattstengel ernten zu können, während bei Sämlingen die erste Ernte in das dritte Jahr fällt. Eine andere Art von Rhabarberanpflanzung ist die Vermehrung durch Wurzeltriebe. Hierzu entfernt man vom Wurzelstock der alten Rhabarberstaude, nach vorsichtigem Ausgraben der Erde, die jungen Wurzelsprößlinge und pflanzt sie sofort ein. Wird die ausgeworfene Erde wieder an die Staude angedrückt, so hat die Absenkung keinerlei nachteilige Folgen auf das Fortkommen der alten Pflanzen. Die Aussaat erfolgt in warme Mistbeete, in welchen auch die jungen Pflänzchen bis zum Herbst verbleiben, von wo aus sie dann in freies Land versetzt werden. Zu beachten ist bei ihrer Verpflanzung das Innehalten der nötigen Entfernungen zwischen den einzelnen Pflanzen, um ihre Ausbreitung nicht zu verhindern.

Die Ansprüche, die der Rhabarber bezüglich Pflege stellt, sind außer tiefem, fettem Gartenland und jährlich im Herbst vorzunehmender Düngung mit verrottetem Mist, sehr gering. Reichliches Gießen, sowie gelegentliche Verabreichung von flüssigem Dünger während des Sommers, fördern sein Wachstum in ungeahnter Weise. Wer auf eine reiche Entwicklung von Blattstielen bedacht ist, versäume nicht, den Ansatz von Blütenstielen durch rechtzeitiges Ausbrechen derselben, am besten Abschneiden, bis auf ein

beschränktes Maß zu reduzieren. Bezüglich Wahl guter Sorten sind nachfolgende zur Kultur sehr zu empfehlen: Riesen-Rhabarber, Mitchells Royal Albert, Königin Viktoria und Paragon. Letzte hat vor allen anderen Sorten neben dem Treiben von dickfleischigen, dabei zartschmeckenden, dunkelroten Stengeln, den Vorzug, daß sie keine Blütendolden hervorbringt. A. J.

Tierzucht.

Kaninchenställe. Wer seine Kaninchen des Nutzens wegen hält, soll sich bei der Anlage der Ställe auch vorwiegend nur von praktischen Erwägungen leiten lassen. Billig und praktisch soll der Kaninchenstall sein. Billig ist er, wenn wir die Herstellung selbst besorgen. Das kann jeder, der mit Hammer und Säge einigermaßen umzugehen versteht. Die billigsten Kaninchenställe baut man aus alten Kisten, die man mit einem engmaschigen Drahtgitter und einer Türe versieht. Gedeckt werden die Ställe mit Dachpappe, was aber unnötig ist, wenn man die Ställe unter einem Schuppen aufstellt. Auch aus alten Fässern lassen sich Kaninchenställe herstellen, indem man einen der Faßböden durch ein Drahtgeflecht ersetzt. Das Faß ist so zu legen, daß das Spundloch nach unten gerichtet ist und so als Abfluß dient. Oben ist dann noch eine Luftklappe anzubringen. Die Größe der Ställe richtet sich nach der Größe der Rasse. Große Rassen (Riesen) müssen Ställe von 1,20 Meter Länge, 80–90 Cm. Tiefe und 75–80 Cm. Höhe haben. Je größer der Stall ist, um so besser für seine Bewohner. Besonders groß soll der Stall für Jungtiere sein, denn die Bewegung ist für eine gute Entwicklung durchaus nötig.

Die Ställe sind, wenn möglich, so aufzustellen, daß die offene Seite nach Süden gerichtet ist. Zugwind darf in den Ställen nicht herrschen, auch dürfen sie Raubzeug nicht zugängig sein.

Die Ställe bedürfen in ihrem Innern keinerlei Einrichtung. Der Mistkasten ist überflüssig, die Raufe gut entbehrlich.

Will man mehrere Ställe übereinander anlegen, dann gebe man dem Stallboden einige Gefälle und belege ihn mit Dachpappe, damit der Urin ablaufen kann. In der rationellen Kaninchenzucht ist es Sitte, die Zuchttiere einzeln zu halten, man kann aber auch Häsinnen — niemals Böcke — die miteinander aufwuchsen, in größeren Ställen zusammen halten.

Ställe sollen stets gut gestreut sein und sauber gehalten werden. C. G.

Frage-Ecke.

Antworten.

29. Das Gerinnen des Mais- oder Haferbreies im Selbstkocher ist an sich kein Übelstand. Dieser Vorgang ist leicht erklärlich und begreiflich, wenn man bedenkt, daß die Speisen während dieser Zeit ganz ruhig stehen, währenddem sie beim Garkochen auf dem Feuer hin und wieder umgerührt werden und dabei viel Flüssigkeit verdampft, was eben im Kocher nicht der Fall ist. Daher sollte von Anfang an nicht zuviel Flüssigkeit beigegeben werden. Beim Herausnehmen muß der Brei tüchtig umgerührt und event. noch ganz kurz auf dem Feuer aufgekocht werden. Liesel.

30. **Knochenmehl** streuen wir hauptsächlich zu den Bäumen und Johannisbeersträuchern, doch sollte dies im Herbst geschehen, da das Knochenmehl erst etwa nach einem halben Jahr wirkt. L. G.

31. Am besten fahren wir mit dem einfachen **Eierkonservierungsmittel Wasserglas.** Man mischt 1 Teil Wasserglas mit 7 Teilen Wasser, rührt gut um und schüttet die Mischung zu den eingeschichteten Eiern. Zugedeckt in den Keller stellen. Wenn der in Frage kommende Topf innen glasiert ist, wird er sich jedenfalls schon eignen. L. G.

31. Seit zwei Jahren konserviere ich die **Eier in Wasserglas** und bin immer gut gefahren damit. Den Topf, in dem Sie Butter aufbewahrten, können Sie gut gebrauchen. R.

32. Wenden Sie sich an Geflügelhof Waldeck bei Walchwil am Zugersee. Es ist anzunehmen, daß Sie dort **Puten** und **Puteneier** bekommen. R. E.

Fragen.

33. Von verschiedenen Seiten vernehme ich, daß die Verwendung von **Holzasche bei der Wäsche** zu empfehlen sei, daß letztere dadurch schön weiß werde und man auf diese Weise auch die teure Seife „strecken" könne. Ich möchte nun auch einen Versuch damit machen und bitte erfahrene Leserinnen um Gebrauchsanweisung. Junge Hausfrau.

34. Hat man bei Verwendung von **Sacharin** zur Zubereitung der Speisen keine nachteilige Wirkung auf die Gesundheit zu befürchten? Eine Ängstliche.

35. Wie lassen sich weiße und schwarze **Strohhüte** auffrischen, wenn das Geflecht noch gut ist? Wenn man diese Arbeit selbst besorgen könnte im Haushalt, würde dadurch eine nicht geringe Ersparnis erzielt. Für erprobte Ratschläge dankt zum voraus

Hanna.