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

Band: 24 (1917)

Heft: 26

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: 05.07.2025

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. 26. XXIV. Jahrgang Erscheint jährlich in 26 Nummern **Zürich,** 22. Dezember 1917.

Es ist auf Erden keine Nacht,
Die nicht noch ihren Schimmer hätte;
So groß ist keines Unglücks Macht,
Ein Blümlein hängt in seiner Kette!

Ist nur das Herz vom rechten Schlage,
So baut es sich ein Sternenhaus
Und schafft die Nacht zum hellen Tage,
Wo sonst nur Asche, Schutt und Graus.

Gottfr. Keller.

Ein Wort zur Zeit.

Von einer Schweizerin.

(Nachdruck verboten.)

Anstatt den großen Wert und Vorteil der monatlichen Rationierung einzusehen, kritisiert ein großer Teil der Bevölkerung die getroffenen Maßnahmen und erweckt damit Unzufriedenheit im Volke. Unsere Behörden haben es in gegenwärtiger Zeit nicht leicht, für den Staatshaushalt zu sorgen. Gewiß findet nicht mancher Hausvater so viel offenen und geheimen Widerspruch wie unsere Bundesväter und ihre Verordnungen. Und doch ist die gleichmäßige Verteilung aller Lebensmittel, deren knappe Vorräte keinen unbeschränkten Einkauf mehr erlauben, das einzig richtige und gerechte Vorgehen. Ist es nicht beschämend, beobachten zu müssen, wie viele Schweizerfrauen, die doch für ihren gemeinnützigen Sinn bekannt sind, die Nahrungsmittelgeschäfte bestürmen, sobald wieder die Frage einer neuen Rationierung auftaucht? Ein solches Vorgehen konnte in der ersten Panik bei Kriegsausbruch einigermaßen entschuldigt werden, heute aber, im vierten Kriegswinter, umgeben von Elend, Jammer und Not, ist es entwürdigend. Viele Geschäftsinhaber sind auch ihren gut situierten Kundinnen gegenüber, die sich mehr als die notwendigsten Einkäufe erlauben dürfen, allzu gefällig und zuvorkommend. Da ist der Gedanke an die monatliche Ration der gerecht und uneigennützig gesinnten Hausfrau ein wahrer Trost. — Unter Wucher versteht man die Ausbeutung der Notlage des Nebenmenschen. Ein Aufhäufen von Vorräten knapp vorhandener, allgemeiner Lebensmittel im einzelnen Haushalt ist nichts anderes.

Wäre es nicht an der Zeit, volkswirtschaftlicher denken und handeln zu lernen, nachdem wir fast drei Jahre lang in sozusagen behaglicher Sorglosigkeit — trotz des uns umtobenden Krieges dahingelebt haben? Jeder Schweizer und jede Schweizerin sollten sich eine Ehre daraus machen, die Behörden in ihren schweren Aufgaben nach Kräften durch die Tat zu unterstützen, und damit die allgemeine Lage zu erleichtern.

Wenn die Einschränkungen ernstlich gefordert werden müssen, ist damit noch kein Hungern und Darben gemeint, sondern nur eine Rückkehr zu einfacheren natürlicheren Sitten und Gebräuchen, wie sie unsere Voreltern pflegten, eine weniger den Gaumen reizende, aber den Körper stärkende gesunde Ernährung.

Dazu gehört in erster Linie das nunmehrige Kriegsbrot, das viel gesünder

und sättigender ist, als das frühere Weißbrot. Niemand sollte sich über die dunkle Farbe beklagen. Seien wir dankbar, daß wir dieses Brot noch genießen dürfen; die Hälfte davon trägt mehr zur Volkskraft bei als das weiche Weißbrot. Auch nach dem Kriege sollte das Mehl bis zu einem hohen Grade ausgemahlen werden.

In einem Haushalt, besonders da, wo keine größern Kinder vorhanden sind, muß es für jede Hausfrau ein beglückendes Gefühl sein, Ende des Monats den Stamm der Brotkarte mit einigen unbenützten Abschnitten der Abgabestelle zurückgeben zu können. Was sie zurückgibt, hat sie für ihr Land erspart. Ein kleines, bescheidenes Opfer, das aber zum Segen für alle werden kann.

Wenn jeder Inhaber einer Brotkarte pro Monat 1 Kilo Brot einspart, ergibt sich eine monatlich Totalersparnis von annähernd 270 Wagenladungen, die unsere Versorgungsmöglichkeiten um mehr als einen Monat ausdehnen könnten. Wer weiß, welche Schwierigkeiten in der Versorgung noch entstehen werden. Ist es da nicht besser, monatliche kleine Rationen zu erhalten und sparsam damit umzugehen, als später keine mehr!

In einer deutschen Zeitung las ich einmal folgende Worte: „Derjenige, der Leckerbissen zu sich nimmt, darf daneben nicht noch sein volles Maß an den zur Sättigung erforderlichen Lebensmitteln beanspruchen, sondern muß jene als Ersatz für einen Teil des wirklichen Nahrungsbedarfes gelten lassen. Keiner bilde sich ein, besser zu sein, als der andere und darum keine Sparsamkeit an Lebensmitteln nötig zu haben. Jeder kann sich nur satt essen; was er darüber tut, das entzieht er der Allgemeinheit und dadurch hilft er eine Hungersnot herbeiführen. Die jetzt gebotene Sparsamkeit hat nichts mit der sozialen Schichtung der Bevölkerung und mit der Wohlhabenheit zu tun."

Solche Worte passen auch für uns. Etwas mehr Solidaritätsgefühl und Opfersinn wären in Anbetracht der schweren Zeit notwendig und würden der heranwachsenden Jugend mehr Eindruck machen und mehr Vaterlandsliebe erwecken, als die Nörgelei und Kritik, die sie ständig zu hören bekommt. F. K.

Die Hühnerhaltung ohne Körnerfütterung.

Von G. N.

(Nachdruck verboten.)

Die Beschaffung des unumgänglichen Körnerfutters für die Hühner ist nur mit Schwierigkeit möglich, weshalb der Geflügelzüchter sich nach gutem Ersatz umsehen muß, wenn er nicht die Hühnerhaltung aus Futtermangel überhaupt einstellen muß.*) Das wäre aber bei der für unsere Ernährung so hochwichtigen Produktion an Eiern ein Schaden für unser ganzes Volk; kann uns das Ei doch manches fehlende oder minderwertige Nahrungsmittel ersetzen.

Der Übergang zur körnerlosen Verfütterung sollte nicht schroff, sondern ganz allmählich vollzogen werden durch Verabfolgung von täglich kleiner werdenden Rationen der noch vorhandenen Bestände an Korn. Wo angängig, sollte man noch einen Rest aufsparen für besondere Zwecke, z. B. für Gluckenfutter oder für die Mauserzeit.

Ich betone nochmals die Wichtigkeit des Körnerfutters, doch wo die Beschaffung nicht ausreicht, sind wir gezwungen, uns nach Ersatz umzusehen. Als solcher gelte

*) In Würdigung der Wichtigkeit der Hühnerhaltung für die Volksernährung hat der h. Bundesrat die Verwendung von Getreide dritter Qualität in gewissen Quantitäten für diesen Zweck freigegeben. Jeder Getreide bauende Landwirt darf Ausputzweizen für seine Hühner verwenden oder als Hühnerfutter verkaufen. Man suche also Korn- oder Weizenausputz zu bekommen oder von Roggen, Gerste oder Mais. Bescheidene Mengen Hühnerfutter dürften auch die landwirtschaftl. Genossenschaftsverbände abgeben können. Für den Kanton Zürich der Genossenschaftsverband des zürcher. landwirtschaftl. Kantonalvereins und der Verband ostschweiz. landwirtschaftlicher Genossenschaften. Beide haben Lagerhäuser in Winterthur. Es entzieht sich unserer Kenntnis, ob Nichtgenossenschafter Berücksichtigung finden, doch ist es wahrscheinlich andernfalls trete man der Genossenschaft bei,

uns der von den Hühnern sehr gern gefressene Heublumensamen. Es ist das der Abfall im Heustock, Gras- und Kräutersamen, den man auf dem Heuboden reichlich vorfindet. Dies wirklich gute und billige Futter sollte man auch in Friedenszeiten zum Picken wie im Weichfutter verwenden.

Der Hauptbestand des Weichfutters: gekochte Kartoffeln, Runkelrüben, Haferschrot, Weizenkleie und Heublumen. — Wichtig ist, daß das Weichfutter bröcklig sei, es darf nicht klebrig noch breiig sein; im Winter gibt man es warm. — Als Fleischbeifutter gibt man mit Salz gekochte billige Fleischsorten: Rindsleber, Lunge, Herz, Milz u. dergl.; man beachte aber sehr, daß man nur gesunde Ware verfüttert. Durch die Fleischfütterung beeinflußt man die Legetätigkeit außerordentlich. Ihr ist besondere Aufmerksamkeit zuzuwenden. Im Winter, wo die Hühner auf dem Auslauf nicht viel finden, muß man 10 Gr. Fleisch pro Huhn und Tag rechnen. Im Beifutter dürfen nicht fehlen: gemahlene Knochen, zerstoßene Eierschalen, gelöschter Kalk.

Heute, wo überall die größte Sparsamkeit geboten ist, sollte man die kleinen Speisereste, die man nicht für den Tisch verwendet, für die Hühnerfütterung benutzen, anstatt sie in den Kehrichteimer wandern zu lassen. Es lassen sich auch die Knochen auf zwei- und dreifache Weise ausnutzen. Ausgekochte Suppenknochen — noch besser frische, gesunde Knochen — werden im Herdfeuer weißgebrannt, d. h. zu Kalk, der sich leicht zu Pulver zerreiben läßt. Einmal erzielt man kostenlose Wärmewirkung und zweitens hat man einen vorzüglichen Kalkfutterstoff, der seiner organischen Zusammensetzung zufolge von den Tieren besser assimiliert wird. — In der nachstehenden Tabelle sind zwölf für die Jetztzeit angezeigte Futtermischungen aufgeführt, deren Kosten leicht zu berechnen sind.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Heublumensamen	300	300	500	500	400	300	400	300	400	300	300	400
Fleischfutter	—	50	100	100	125	100	50	100	100	50	100	50
Kartoffeln, gekocht . . . (Flocken nur 1/3)	500	500	500	500	—	400	500	750	500	750	750	500
Klee-Häcksel (Rotklee) . .	—	150	—	300	—	200	400	—	—	—	—	—
Runkelrüben	—	—	—	—	400	—	—	—	—	—	—	—
Quark	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Magermilch	—	100	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Knochenschrot	100	50	—	50	—	—	25	100	100	300	200	50
Maisschrot	100	—	—	—	200	—	—	—	100	—	—	—
Weizenschrot (bezw. Kleie) .	300	200	200	—	200	300	—	100	—	100	—	300
Gerstenschrot	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	100	—
	1400	1350	1300	1450	1325	1300	1375	1350	1200	1500	1450	1300

In obiger Tabelle findet wohl jeder eine geeignete Futtermischung. An Stelle des Heublumensamens kann auch Körnerfutter gegeben werden. Zur Vermeidung einseitiger Fütterung empfiehlt es sich, verschiedene Mischungen zu erproben; dabei findet man die bekömmlichste heraus, der man dann den Vorzug gibt. Die Mengen bedeuten Grammzahlen. Jede der zwölf Mischungen ist pro Tag für 12 Hühner, einschließl. 1 Hahn, gerechnet. Des Futters wegen sollte man den Hahn nicht als überflüssig abschaffen. Bekannt ist der Einfluß der Gegenwart eines Hahnes auf die Legetätigkeit. Die Beibehaltung empfiehlt sich schon von selbst wegen der Nachzucht.

Die Annahme der neuen Verfütterungsart stellt an den Organismus große Anforderungen, weshalb sorgsame Pflege unerläßlich ist.

1. Zur günstigen Daseinsbedingung gehört in erster Linie ein warmer, gegen Zugluft geschützter Winterstall von trockener Beschaffenheit, auf dessen saubere Haltung nur hingewiesen werden soll.

2. Der Übergang zum neuen Futter soll allmählich erfolgen; ein schroffer Wechsel könnte unliebsame Folgen haben.

3. Als wichtigste Vorsichtsmaßregel gelte die strenge Auswahl des Bestandes: alte Tiere, die sehr gefräßig, aber schlechte Leger sind, müssen geschlachtet werden; desgleichen

alle schwächlichen und kranken Tiere. Nur dann hat man Aussicht auf ein lebensfähiges Volk von großer Widerstandskraft gegen Krankheit und Seuchen und Erfolg bei der Produktion, wenn nur junge, gesunde und kräftige Tiere aus der gründlichen Aufräumung des Stalles übrig bleiben.

Vorsicht mit Medikamenten!

Von M. Trott.

(Nachdruck verboten.)

Nicht oft genug kann man davor warnen, Medizinflaschen oder Schachteln mit Pulvern oder Pillen frei herumstehen und liegen zu lassen. Zahlreiche Unglücksfälle werden dadurch verursacht, doch melden die Blätter immer aufs neue derartige Vorkommnisse.

Unter den Medizinflaschen muß eine geradezu pedantische Ordnung herrschen. Wer keinen eigenen Medizinschrank besitzt, der lasse sich einen fest verschließbaren Blechkasten anfertigen, der an einem hochgelegenen, möglichst dunklen Ort Aufstellung findet. Es ist streng darauf zu halten, daß Medikamente, die für den inneren Gebrauch bestimmt sind, stets in runden, solche, die für den äußeren Gebrauch Verwendung finden, in eckigen Flaschen aufbewahrt werden. Niemals sind die Medikamente in andere Flaschen zu füllen. Jede Flasche muß ihre Aufschrift tragen. Sehr zu empfehlen ist es, wenn jeder Patient noch einen Zettel auf die Flasche klebt oder kleben läßt und darauf mit deutlich leserlicher Schrift vermerkt, wann und gegen welche Krankheit er diese Arznei verwendet hat. Es sind dann Verwechslungen so gut wie ausgeschlossen, wenn man es sich zum Prinzip gemacht hat, jede Aufschrift einer Flasche, die man in Gebrauch nimmt, vorher genau durchzulesen.

Dasselbe gilt von den Schachteln. Man kann die kurze Notiz leicht auf die untere Seite der Schachtel schreiben. Auch hier ist zu bemerken, daß man niemals Pulver oder Pillen aus einer Schachtel herausnehmen soll, um sie in eine andere mit falscher Aufschrift zu legen. Die Bemerkung: „Das merke ich mir schon!“ ist hiebei gänzlich unangebracht. Selbst angenommen, daß sich die betreffende Person wirklich merkt, was die Schachtel enthält, so wissen es doch die Familienglieder nicht und dem Unheil ist Tür und Tor geöffnet.

In Bier-, Selters- oder Weinflaschen, in Schachteln, die sonst Konfekt oder dergleichen enthalten, schütte man niemals Arzneien. Dadurch werden viele Unglücksfälle hervorgerufen. Man schütte aber auch niemals in unsaubere oder nach anderen Stoffen riechende Flaschen neue Arznei. Man stelle einem Kranken auch niemals mehrere Arzneiflaschen nebeneinander in greifbare Nähe. Gar zu leicht können Verwechslungen vorkommen, selbst wenn der Kranke noch so vorsichtig ist. Wer weiß, ob er in schläfrigem oder sonst benommenem Zustande nicht unbewußt zu der falschen Flasche greift? Man lasse es auch nie zu, daß der Patient im Dunkeln eine Arznei zu sich nimmt. Vielen mag diese Vorsicht übertrieben erscheinen, sie beugt aber manchem Unheil vor.

Eine Unsitte ist das lange Aufheben der Medikamente. In manchem Arzneischrank finden sich Flaschen und Pulver vor, die vor drei, fünf, ja sogar zehn Jahren zur Verwendung gelangten. Man bedenke, daß Medikamente sehr leicht verderben, daß Licht und Luft einen großen Einfluß auf sie ausüben und daß eine Arznei, die vor Jahren vielleicht ein Menschenleben rettete, nun direkt zum Todestrunk werden kann. Medikamente behalten meistens ihre Wirkungskraft nur kurze Zeit und man hebe sie auch nur so lange auf, als die Möglichkeit eines erneuten Gebrauches naheliegt, sonst schütte man sie weg, brühe die Flaschen gut aus und entferne die Etiketten.

Nicht aufgebrauchte flüssige Medikamente soll man grundsätzlich nicht aufbewahren, dagegen sammle man sorgfältig alle schriftlichen Verordnungen des Arztes, weil diese bei späteren Erkrankungen vielfach zur Orientierung des behandelnden Arztes dienen. Zweckmäßiger ist die Anschaffung eines gebundenen Rezeptblocks.

Allen Hausfrauen, wie überhaupt dem ganzen Hauspersonal sei daher dringend ans Herz gelegt, in allem, was Medizin und Arznei betrifft, pedantische Vorsicht walten zu lassen.

Haushalt.

Weihnachtspoesie. Trotz der allgemeinen Teuerung wird es uns Frauen möglich sein, in unsere Wohnung ein Stück Weihnachtspoesie zu zaubern. Die auch in gegenwärtiger Zeit noch freigebige Natur liefert uns im Tannengrün, in Stechpalmen- und Mistelzweigen einen freundlichen Schmuck für die Wände, den Eß- und Gabentisch und geben diesen, mag auch die Bewirtung und Bescherung noch so einfach sein, ein festliches Gepräge. Auch der Tannenbaum wird im Glanze weniger Kerzen mit dem bunten Schmuck der früheren Jahre die Festfreude erhöhen. Suchen wir Frauen aber ganz besonders in dieser Zeit, die so schwer auf uns lastet, alle Quellen der Fröhlichkeit, die verschüttet schienen, wieder auszugraben. Geben wir unsern Kindern, unsern Familienangehörigen und Freunden, die auf uns schauen, namentlich in der Festzeit das Beispiel tapferen Lebensmutes, damit sie alle aus unserer unversieglichen Kraft und unserem Vertrauen auf den endlichen Sieg des Guten neue Kräfte zum Weiterstreben schöpfen und in der kleinen Welt, der sie angehören, aufbauende Friedensarbeit leisten. Schmücken wir also unser Heim in den kommenden Tagen, aber nicht nur mit dem unvergänglichen Wintergrün — sondern auch mit den Blüten und Früchten eines reichen Gemütes. Das ist wahre erquickende Weihnachtspoesie. B.

Zur Schonung des Pelzwerkes aller Art trägt es bei, wenn man es regelmäßig von Zeit zu Zeit kämmt und bürstet. Das gilt natürlich nur vom glatten und langhaarigen Pelz, Biber, Nutria, Persianer, Tibet u. ä. Kraushaarige Pelzarten dürfen dagegen nur mit feinen Stöckchen auf weicher Unterlage (einem Sophakissen) geklopft werden, um sie wieder schön aufzulockern.

Naßgewordenes Pelzwerk darf nicht im warmen Raume trocknen, damit das Leder nicht brüchig wird, ebensowenig in nassem Zustande auf der Haarseite berührt werden.

Pelzkragen wie Muffe halten sich bedeutend besser, wenn sie aufgehängt aufbewahrt, statt, wie es vielfach üblich ist, in Kästen und Schrankfächern geborgen werden. Durch das Auflegen entstehen Druckstellen, oder die Haare brechen, beides Fehler, die nach und nach dem Pelz ein unschönes Aussehen geben. Große Taschenmuffe behalten ihre tadellose Form, wenn man ihnen im Innern in die obere Rundung ein Holzstäbchen von der Breite des Muffes einnäht; man verhütet dadurch das lästige Zusammenfallen in der Mitte.

Als Bindemittel bei der Bereitung von Klößen und dergleichen lassen sich statt Ei sehr gut Haferflocken verwenden. Ein Eßlöffel Haferflocken läßt man in wenig Wasser ziemlich lange aufkochen und rührt dann die Flüssigkeit durch ein Sieb. Der sämige Brei kann in einem geeigneten Gefäß im Winter gut einige Tage stehen bleiben, um nach und nach verwendet zu werden. Einige Theelöffel davon genügen als „Eiersatz" bei der Zubereitung der erwähnten Speisen.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: Grüne Zwiebelsuppe, Rehrücken, Risotto, *Apfelauflauf.

Montag: Gerstensuppe, Gedämpfte Rübli, *Feiner Kartoffelsalat.

Dienstag (Weihnachtstag): *Kastanien-Suppe mit Sellerie, *Gedämpfter Hase, Kartoffelstock, Krautsalat, *Weihnachtstorte.

Mittwoch: Erbsensuppe, †Sauerkrautpastete, Bratäpfel.

Donnerstag: †Suppe von übriggebliebenem Kartoffelstock, †Geräuchertes Kuheuter mit weißen Bohnen.

Freitag: Geröstete Mehlsuppe, *Hülsenfruchtbraten, †Falsches Rotkraut.

Samstag: Gemüsesuppe, †Zwetschgenreiskopf.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

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

Kastaniensuppe mit Sellerie. 18—20 Kastanien (Maronen), Wasser, Salz, etwas Butter, 1 Bouillonwürfel, 100 Gr. Sellerie. Die Kastanien werden geschält, dann mit einem Sieb in kochendes Wasser gehalten, damit sich auch die innere Haut ablösen läßt; dann kocht man sie mit Wasser ganz weich und streicht sie durch ein Haarsieb. Die Sellerie wird in feine Streifen geschnitten, mit ganz wenig Wasser weichgekocht, zu dem Kastanienmus gegeben und zusammen durchgekocht, wobei so viel Wasser beizufügen ist, daß man eine recht sämige Suppe erhält, die mit Suppenwürze oder einem Würfel, Salz und Fett abzukosten ist. K. B.

Gedämpfter Hase. In einer eisernen Pfanne wird Fett heiß gemacht und das in

Stücke geschnittene Fleisch darin tüchtig durchgebraten, bis es etwas Farbe bekommen hat. Dazu gibt man reichlich in Scheiben geschnittene Zwiebel. Dann wird alles in eine Kasserole getan, Salz, Pfeffer und eine in Scheiben geschnittene Zitrone beigefügt, und nach und nach Bouillon zugegossen. Kochzeit 1½—3 Stunden, je nach dem Alter und der Größe des Hasen. Zuletzt fügt man das Blut zu, das nur heiß werden darf, um die Sauce zu bilden, eventuell noch etwas Fleischbrühe oder Wasser.

Aus „Kochrezepte bündn. Frauen".

Braten aus Hülsenfrüchten. 200 Gr. Hülsenfrüchte, 150 Gr. gekochte Kartoffeln, 50 Gr. Brot, 1 Zwiebel, Majoran, Salz. Man verwendet Bohnen, Erbsen und Linsen allein oder gemischt und kocht sie mit nur soviel Wasser weich, als notwendig ist. Dann schüttet man sie auf ein Sieb, um auch die letzte Flüssigkeit noch abtropfen zu lassen, und treibt sie zusammen mit den gekochten Kartoffeln durch die Hackmaschine. Auch kann man die Hülsenfrüchte durch einen Durchschlag drücken und die Kartoffeln gerieben beifügen. Die Zwiebel wird unterdessen fein gehackt, in 15 Gramm Fett gedünstet und dies zu dem Brei gegeben nebst dem eingeweichten und fest ausgedrückten Brot sowie etwas geriebenem Majoran und dem nötigen Salz. Bei zu geringer Festigkeit helfe man mit Reibbrot nach. Aus der völlig erkalteten Masse formt man einen länglichen Braten, legt ihn in eine Bratpfanne mit heißem Fett und stellt ihn in den gut heißen Ofen, in dem er unter Begießen mit dem Bratenfett braun gebraten wird. Der Braten wird gewendet, wenn die Unterseite schön braun ist.

Feiner Kartoffelsalat. Über die heiß geschälten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln gießt man eine Obertasse kochende Milch oder Wasser und deckt die Schüssel zu. Dann zerquirlt man 1–2 Eier in ⅛ Liter Milch, gibt dazu einen gestrichenen Eßlöffel Mehl, den Saft einer Zitrone, Salz, stellt das Gefäß mit der Soße in einen größeren Topf mit warmem Wasser und bringt dieses allmählich zum Kochen. Unter fortwährendem Rühren muß die Soße dick werden, wird noch ein Weilchen gequirlt und dann über die Kartoffeln gegeben, die damit sorgfältig vermischt werden. Nach Belieben gibt man ein wenig geriebene Zwiebel dazu.

„Die fleischlose Küche in der Kriegszeit".

Makkaroni mit Zwiebelsauce. Die Makkaroni werden weichgekocht; dann dünstet man viel fein gewiegte Zwiebel, streut Mehl darüber und löscht mit Milch oder halb Milch, halb Wasser ab. Man kocht die Sauce gut durch, siebt sie (nach Belieben), mischt geschabten Käse darunter und vermischt sie mit den Makkaroni. St.

Apfelauflauf. Für 4 Personen. 1 Kilo Äpfel, 7 Eßlöffel Zucker, 2 Eßlöffel Korinthen, 2 Eßlöffel Fett, 2 Eigelb (Eiweiß zu Schnee), ¼ Liter Milch, 7 Eßlöffel Mehl, ½ Eßlöffel Fett zur Form, 1 Eßlöffel Zucker zum Bestreuen. Die Äpfel werden gewaschen, geschält, fein geschnitzelt, mit Zucker und gereinigten Korinthen vermengt, in eine ausgestrichene Auflaufform gefüllt. 2 Eßlöffel Fett werden schaumig gerührt, abwechselnd Zucker und Eigelb, dann Milch und Mehl hinzugefügt und der Eiweißschnee darunterziehen. Den Teig füllt man über die Äpfel, backt den Auflauf bei Mittelhitze 1 Stunde und bestreut ihn mit Zucker.

Aus „Nahrhafte Kost" von B. Dißmann.

Weihnachtstorte. Zutaten: 2 Tassen (ca. 250 Gramm) gestoßener Zwieback oder gedörrtes Brot, 2 Tassen gemahlene Nüsse, 2 Tassen Grieß oder feiner Mais, 2 Tassen Milch (oder halb Milch, halb Wasser), 2 Tassen Zucker, 1 Päckchen Backpulver. Die angegebenen Zutaten werden gut zusammen verrührt, zuletzt das Backpulver darunter gezogen und in einer mit Öl ausgestrichenen Form ¾—1 Stunde gebacken. Die Torte kann auch in 2 Teilen gebacken und diese mit Aprikosenmarmelade oder Gelee zusammengesetzt werden.

Weihnachtsgebäck.

Weihnachtsstollen (Kriegsrezept). Zutaten: 500 Gr. Mehl, 300 Gr. geriebene, gekochte Kartoffeln, 125 Gr. Zucker, 1—2 Eier, 1 Päckchen Backpulver, 80 Gr. Butter, ⅛ Liter Milch oder Wasser, 1 Prise Salz, Rosinen oder an deren Stelle feingeschnittene, gedörrte Früchte (Birnen etc.) Alle Zutaten werden gut vermischt und zu einem Teig gerührt, aus dem man 1—2 Brote formt oder in eine ausgestrichene Form füllt und ¾ Stunden bäckt.

Billiges Weihnachtskonfekt. 375 Gr. Zucker verrührt man mit etwas Milch und 1 Eidotter ½ Stunde lang, bis die Masse geschmeidig, also nicht mehr flüssig ist. Nun mischt man 1 Päckchen Backpulver, 1 Päckchen Vanillezucker, den steifgeschlagenen Eischnee und 250 Gr. Mehl gut darunter und läßt darauf den Teig ca. 1 Stunde stehen. Dann rollt man ihn aus, sticht kleine Formen aus, läßt diese über Nacht auf einem mit Mehl bestreuten Blech trocknen und bäckt sie am Morgen in mäßiger Hitze.

Marmeladeplätzchen. 2 Eigelb, 250 Gr. Zucker, 2 Eßlöffel Vanillepulver und 2 Eßlöffel Marmelade werden zusammen tüchtig gerührt. Dann rührt man das zu Schnee geschlagene Eiweiß, zuletzt 250 Gr. Mehl und etwas Backpulver darunter, sticht mit einem Löffelchen kleine Häufchen von dem Teig aus und bäckt diese 5—8 Minuten in mäßiger Hitze.

Feigenbrot. 150 Gr. Feigen, 125 Gr. Mehl, 100 Gr. Zucker, 1 Ei, 75 Gr. feingehackte Nüsse, 60 Gr. Zitronat, 1 Theelöffel Backpulver, etwas Wasser oder Fruchtsaft. Die Feigen werden sauber gewaschen, mit einem Wiegemesser fein zerkleinert und mit 2–3 Löffeln Wasser oder Fruchtsaft befeuchtet. Die Nüsse, Hasel- oder Walnüsse, werden gehackt, das Zitronat in Würfelchen geschnitten. Ei und Zucker rührt man gut, mischt Feigen, Nüsse und Zitronat dazu und knetet mit dem Mehl, dem das Backpulver beigemischt ist, einen festen Teig, der gut fingerdick auf ein Blech gestrichen und im Ofen 25 Minuten gebacken wird. Gleich nach dem Herausnehmen schneidet man das Feigenbrot in längliche oder rautenförmige Stücke.

Kleines Kartoffelgebäck. 375 Gr. gekochte, geriebene Kartoffeln, 75 Gr. Zucker, 75 Gr. geriebene Nüsse, 1 Ei, das Abgeriebene einer halben Zitrone, 225 Gr. Mehl, 1 Päckchen Backpulver, 20 Gr. Butter. Zucker und Ei werden zu dickem Schaum gerührt, dann Zitrone, Nüsse und Kartoffeln dazu gegeben und mit dem Mehl ein glatter Teig geknetet. Zu dem Mehl kann man einen Teil Roggen-, Kartoffel- oder feines Gerstenmehl verwenden; das Backpulver wird gleich dazu getan, damit es sich gut vermischt. Man formt kleine Brötchen aus dem Teig oder auch runde Plätzchen, bepinselt sie leicht mit Butter und bäckt sie 35 Minuten bei genügender Oberhitze.

„Die fleischlose Küche in der Kriegszeit."

Krankenpflege.

In seiner Schrift: „Die Schädlinge im Tier- und Pflanzenreich und ihre Bekämpfung" (Nr. 18 der Sammlung „Aus Natur und Geisteswelt", Verlag Teubner, Leipzig) behandelt Dr. Eckstein auch die **Trichinen.** Es wird unsere Leser interessieren, zu vernehmen, wie sie sich gegen diese Parasiten schützen können.

Das Schwein, welches sich durch Verzehren trichinöser Ratten infiziert, wird durch die Anwesenheit von Trichinen in seinem Darm, durch die Einwanderung der jungen Würmer in die Muskeln, sowie durch die im Muskelfleisch eingekapselten Trichinen nicht im geringsten belästigt. Gelangen aber nur wenige dieser eingekapselten Würmer mit ungenügend gekochtem Fleisch in den Magen des Menschen, so erwachen sie aus ihrem Dauerschlaf, und das Weibchen bringt in einer Zeit von fünf bis acht Wochen im Dünndarm bis 1000 lebendige Junge zur Welt, die sich in die Darmwand einbohren und durch Blutgefäße und Bindegewebe in die Muskeln kommen. Waren schon bei dem Genuß des trichinösen Fleisches mancherlei Beschwerden zutage getreten, indem sich Magendrücken, Übelkeit und Erbrechen einstellte, so werden vom Augenblick der Auswanderung der Jungen aus dem Darm und dem Eindringen derselben in das Fleisch sich heftige Muskelschmerzen einstellen. Wassersüchtige Anschwellungen und Steifheit treten ein, die Muskeln werden starr und die Bewegungen sehr erschwert. Dabei entsteht heftiges Fieber und häufig der Tod durch Zwerchfellähmung und Erschöpfung.

Die Gefahr hängt ab von der Zahl der genossenen Trichinen. Leichtere Fälle gelangen in mehreren Wochen, vielleicht erst nach Monaten zur Genesung, nämlich dann, wenn die Trichinen in den Muskeln zur Ruhe gekommen sind und sich völlig eingekapselt haben. Dann sind die Kapseln der dicht unter der Haut lagernden Trichinen mit bloßem Auge als weiße Pünktchen sichtbar. Solche Kapseln kann der Mensch zeitlebends mit sich tragen, das Schwein behält sie so lange, bis es geschlachtet wird.

Irgendein Mittel, die in den Darm des Menschen gelangten Trichinen abzutreiben oder die in die Muskeln wandernden oder dort eingenisteten jungen Würmer zu töten, gibt es nicht. Der Mensch ist also auch in diesem Falle ausschließlich auf Schutzmaßregeln angewiesen. Vor allen Dingen soll man verhindern, daß Schweine trichinöse Ratten fressen. Denn nur mit diesen oder durch Verzehren der mit dem Kot des Schweines abgegangenen Darmtrichinen oder jungen Würmer infiziert sich dasselbe.

Kinderpflege und -Erziehung.

Langanhaltender Schlaf der Neugeborenen pflegt unerfahrene Mütter vielfach zu ängstigen. Sie fürchten einesteils das Kind zur Nahrungsaufnahme zu wecken, anderseits aber glauben Sie eine Schädigung seines Wohlbefindens herbeizuführen, wenn es nicht rechtzeitig seine Mahlzeiten erhält. Vorausgeschickt sei deshalb, daß ein Säugling in den ersten Wochen seines Daseins ruhig zur Nahrungsaufnahme aus dem Schlaf genommen werden kann, er pflegt nachher meist sofort wieder weiter zu schlafen. Verbringt er doch im ersten Monat 16 Stunden schlafend zu und zwar im Durchschnitt je zwei Stunden hintereinander. Im zweiten Monat schläft er drei bis fünf Stunden, im dritten Monat vier bis fünf und im vierten Monat verschläft er zusammen dreizehn Stunden und zwar neun bis zehn davon des Nachts, während das Kind im dritten Lebensjahr meist mit elf bis zwölf Stunden Nachtschlaf ohne Tagesschlaf auskommt. Selbstverständlich muß bei zarten Kindern Abweichung von dieser Regel gelten.

Dr. S.

Gartenbau und Blumenkultur.

Das Düngen der Zimmerpflanzen soll zwar hauptsächlich im Sommer geschehen, doch können auch im Winter Fälle eintreten, wo man es vornehmen muß, um die Pflanzen nicht „verhungern" zu lassen. Sind diese zum Beispiel kräftig entwickelt oder längere Zeit nicht umgepflanzt worden, so daß sie der Erde alle Nährstoffe entzogen, so kann es vorkommen, daß sie zunächst zu kränkeln beginnen und später ganz eingehen. Dieses Kränkeln zeigt sich meist durch schwache Triebe, geringere Blattbildung, Abfallen und Gelbwerden des vorhandenen Laubes, Nichtblühen der vorhandenen Knospen und plötzlichen Abwurf der bisher so frischen Blätter. Stellen sich diese Anzeichen ein, so tut Eile dringend not. Mit schwachem Hölzchen treibt man vorsichtig fingerlange Löcher in die Erde, füllt diese mit käuflichem Blumendünger und gießt nun wie in gewohnter Weise weiter. Auf diese Art gedüngt, gedeihen die Topfpflanzen besser, als wenn man sie mit in Wasser aufgelöstem Dünger begießt und kräftigen möchte. Doch sei man beim Gießen vorsichtig und tue des Guten eher zu wenig, als zu viel, um nicht der Erde zu viel Nässe zuzuführen. A. J.

Frage-Ecke.

Antworten.

82. Hier ein Rezept zu **Zwetschgen-Powidel.** Man nimmt gehackte, dürre Zwetschgen, läßt sie in etwas Wasser aufquellen und setzt sie damit aufs Feuer mit oder ohne ein Stückchen frischer Butter, kleingeschnittener Zitronenschale, Zimt, Gewürznelken, und läßt sie gut dünsten. Dann läßt man sie auskühlen und füllt damit Kolatschen, Krapfen oder kleine, mürbe Kuchen. Man kann auch Konfitüre von Heidelbeeren darunter mischen. St.

96. Ein gutes, erprobtes Rezept für **Haferleckerli** ist folgendes. 500 Gr. Mehl, 500 Gr. Haferflocken, 500 Gr. Zucker, ein wenig Salz, 100 Gr. Butter, 10 Gr. Backpulver, eine Tasse Milch, ein Päckli Vanillezucker. Man macht einen Teig daraus, schneidet Leckerli und bäckt sie im Ofen, der nicht zu heiß sein darf. Obige Masse ergibt ca. 100 Stück. Gritli.

102. Eine heikle Sache, **Rostflecken** aus einem weißen Kleid entfernen zu müssen. Wenn Sie den oder die Flecken übersticken, so daß man den Schaden nicht mehr sieht, erhalten Sie sich vielleicht das Kleid in seiner Schönheit. Natürlich muß der Rostflecken aber an einer Stelle stehen, die ein Übersticken rechtfertigt! P.

103. Durch Auskochen kann man ranzige Butter wieder genießbar machen. Gibt man solche in kochendes Wasser, so schmelzen die noch unverdorbenen Teile, schwimmen auf dem Wasser und können abgeschöpft werden. Auch durch Einkneten von doppeltkohlensaurem Natron und nachheriges Auswaschen wird Butter wieder rein. Ob auch das **Palmin** auf diesem Wege wieder genießbar gemacht werden kann, weiß ich nicht. Beate.

104. Übergeben Sie die **Kissen** einer chemischen Waschanstalt. Weichen die Flecken nicht, so ist auch noch die Möglichkeit vorhanden, durch Einsätze die Kissen wieder in guten Stand zu stellen. Zitronensaft und Sauerkleesalz werden als gute Mittel gegen den Rost bezeichnet. Vielleicht machen Sie mit ersterem einen Versuch, der auf keinen Fall das Gewebe beschädigen kann. W.

105. Ich reinige alle **Ledergegenstände** mit Öl, das mit einem feinen, wollenen Läppchen eingerieben wird. Wenn die Sachen nicht sehr schmutzig und abgetragen sind, genügt diese Prozedur. Im andern Falle habe ich z. B. Reise- und Handtäschchen mit Schuhcrême aufgefrischt. Wenn Sie nicht stark auftragen und völlig trocken reiben, laufen Sie nicht Gefahr, daß Sie die Hände oder Kleider damit beschmutzen. Lena.

Fragen.

106. Kennt jemand den Sparkocher **Komet**, in dem man vier bis fünf Gerichte auf einmal kochen kann? Im Prospekt heißt es, die Gerichte werden alle mittelst der Dampfhaube gar gekocht, man könne sogar darin backen. Meine Herrschaft wäre nun gewillt, auf den elektrischen Herd einen solchen zu kaufen, wenn es wirklich eine große Ersparnis wäre. Der Komet ist in Zürich bei H. Züllig zu kaufen. Etwas ganz ähnliches wurde der Herrschaft von Basel aus empfohlen. Dieser Kocher „Lukullus" habe die gleichen Eigenschaften, wie der „Komet", nur stellt sich der Ankaufspreis etwas billiger. Für Auskunft dankt

Dienstmädchen vom Lande.

107. Kann mir eine Leserin ein gutes, bewährtes Rezept für **Kartoffelbrot** geben?

Abonnentin.

108. Wie flickt man am besten einen Riß in einem Kautschukmantel? J.

Ideal-Haushaltungsbuch

der Schweizerfrau.

Erhältlich zum Preise von Fr. 1. 20

in der

Buchdruckerei W. Coradi-Maag

Schöntalstrasse 27, Zürich 4.